

雲笈七籤

二

此卷之書名在玉華宮書中

日月星辰部

總叙日月

黃氣陽精三道順行經曰日陽之精德之長也縱廣二千三十里金物水精臺於內流光照於外其中有城郭人民七寶浴池池生青黃赤白蓮花人長二丈四尺衣朱衣之服其花同襄同歲日行有五風故制御日月星宿遊行皆風梵其網金門之上日之通門也金門之內有金精冶鍊之池在西關左之分故立春之節日更鍊魄於金門之內耀其光於金門之外四十五日乃止順行之洞陽宮洞陽宮日之上館也立夏之日止於洞陽宮吐金冶之精以灌於東井之中沐浴於晨暉收八素之氣歸廣寒之宮也月暉之圖縱廣二千九百里白銀瑠璃水精映其內城郭人民與日宮同有七寶浴池八霧之林生乎內人長一丈六尺衣青色之衣常以一日至十六日採白銀瑠璃錄於炎光之治故月度盈則

光明比十七日至二十九日於霧林樹下採三氣之華拂日月之光也秋分之日月宿東井之地上廣靈之堂乃沐浴於東井之池以錄日魂明八朗之芒受陽精日暉吐黃氣於玉池諸天人悉採玉樹之華以拂日月之光月以黃氣灌天人之容故秋分是天人會月之日也

老子歷藏中經云日月者天地之司徒司空也日姓張名表字長史月姓文名申字子光太丹隱書云紫微夫人姓王諱清娥字命著云是西王母第二十四女紫微宮在北溟外

朔明野玄壘山在崑崙之東北紫微訖阿母言曰欲存日月氣者當知日月景象日圓形而方景月方精而圓象紫微形內精隱象中景赤象黃是為日月之魂若知其道乃可以吐納流霞耳

三奔錄

三奔之道當按奔景之神經經中節度晚夕修行不得傳及非人如息慢不專輕泄漏慢之者身受冥責一如經戒

奔日

日中赤氣上皇真君諱軒車梁字高齋爽此位號專秘經雖無存修之法而云知者不死當宜行事之始心存以知不得輒呼月法亦然

奔月

月中黃氣上黃神母諱曜道字王蒼條其奔月齋靜存思具如日法

奔辰

木春王火夏王金秋王水冬王皆依曆以四立日前夜半為王之始冬七十二日至分至日前各王十八日分至日之前夜夜半為王之始有星時可出庭中坐立適意有五星中相見者次當修服之時而出庭中坐勝於立可於庭壇向星數席施按燒香禮拜訖正坐而為之若無星之時天陰之夕可於寢室中存修之也星行不必在方面亦隨所在向而修行謂五星所在而向之不必依星本方之面猶如木或在西也一夕服五星常令同適隨王月以王星為先若靜齋道士亦可適於

室中存五星之真文方面而並修之不閑弄術不知星之所在又久靜長齋者可常於室中依五星本位之方面而存修之也

太上王晨鬱儀結璘奔日月圖

太上隱書中篇曰子欲為真當存日君為龍驂鳳乘天景雲東遊希林迷入帝門精思乃得要道不煩名上清靈列位真官乃執鬱儀文太上隱書中篇又曰子欲昇天當存月夫人駕十飛龍乘我流鈴西到六嶺遂入帝堂精思乃見上朝天皇乃執結璘章

太上王晨鬱儀奔日赤景王文結璘

奔月黃景王章

右奔日月隱道太上上清太極九皇四真人所寶秘玄靈元君之玉章也自非有金蘭玉名及綠字東華皆不聞見此二章之篇日矣行之者先清齋百日絕文人事乃可為之也久久行之上奔日月得給玉童玉女各五十人太上鬱儀赤文結璘黃章乃太上王帝君之靈秘篇也藏之於九天之房丹璘之臺非勤心好真宿有飛玄天仙之骨錄者莫得而

見聞也聞其篇目皆不可妄言稱及犯者受考三天地不赦初今三百年得宣傳一人却後七百年乃復得一人若神真宣言有宜授者傳之也傳授之法皆師友相授以宗玄科也授非其人不遵法度為泄宣天文也漏慢違誓死為下鬼乃七祖受考風刀之罪自非同氣寧當閉口西玄山洞臺中有此二經刻以玉簡書以金字及王屋清虛天皆有而不備具唯太玄宮高上臺及蓬萊府北室金柱玉壁刻文並備具也中官仙人奏請詣官並不如此書是何事也

我嶺山北洞中石室戶樞刻石書字

鬱儀引日精結璘致月神得道處上宮位稱大丈夫真一云帝君真凡二十字下仙見之甚自不解其意義是何等事也如此仙人自有不見其篇目錄者多矣其金液九丹蓋小術也皆不得飛行上清欲行此道不必賢慧但地上無此文耳真官玄法啓誓乃傳有得而行位為上真乃乘八景瓊輪遊行九晨詣太素宮見太一帝君俱朝元辰故祕言曰子得

鬱儀結璘乃成上清之真不修此道不得見三元君

太上鬱儀日中五帝諱字服色

日中青帝諱圓常無字昭龍韜衣青玉錦帔蒼華飛羽翬建翠芙蓉晨冠

日中赤帝諱丹虛峙字綠虹映衣絳玉錦帔丹華飛羽翬建丹符靈明冠

日中白帝諱浩鬱符字迴金霞衣素玉錦帔白羽飛華翬建浩靈芙蓉冠

日中黑帝諱澄增停字玄綠炎衣玄玉錦帔黑羽飛華翬建玄山芙蓉冠

日中黃帝諱壽逸阜字殿暉像衣黃玉錦帔黃羽飛華翬建芙蓉紫冠

右日中五帝若諱字服色欲行奔日之道當祝識名字存五帝服色在我之左右前後

月中夫人魂精內神名陵蕭臺標

右月魂配五帝次又存祝之能知月魂名終身無災萬害不傷太上藏日月帝君夫人諱字於太素宮有知之者神仙

太上結璘月中五帝夫人諱字服色

月中青帝夫人諱隱娥珠字芬豔嬰衣青華

瓊錦帔翠龍鳳文飛羽帔

月中赤帝夫人諱逸家無字婉廷靈衣丹華

玉錦帔朱華鳳落飛羽帔

月中白帝夫人諱靈素蘭字鬱連華衣白珠

四出龍錦帔素羽鸞章飛華帔

月中黑帝夫人諱結連翹字涅厲金衣玄琅

九道雲錦帔黑羽龍文飛華帔

月中黃帝夫人諱清營襟字定容衣黃雲

山文錦帔綠羽鳳華繡帔

已上五夫人頭並額雲三角髻髮垂之至

腰

右月中五帝夫人諱字服色欲行奔月之

道當祝識名字存夫人服色在己之左右

前後

日中五帝魂精內神名珠景赤童

右日魂月魄五帝五夫人次又存祝之能

知日魂名終身無疾萬災不犯太上藏日

月魂名於紫雲玉宮有知之者通神使靈

存奔日月道者任意所便行爾不必盡為之

也欲得靜室隱止唯今日月之輝處也若不

絕人事與外物相干者不得行此道也夜半

常燒香存五帝五夫人名字心祝曰

願與帝君太一五神合景如一於是二十四

年亦白日昇天亦不必行奔存之道也常存

在我之左右并心祝竊誦勿令耳聞

太素真人受天帝君日月訣法

太素真人曰子存日精五帝君口含太上鬱

儀文須此道成乃見日中君無此徒勞自煩

寃

太素真人曰子存月精五夫人口含太上結

璘章須此道成乃見月中夫人無此徒勞自

悖傷

右二條太素真人受天帝君訣言太上隱

書云存時執之帝君云舍之太素真人教

裴君存時舍一文執一文並行之也

太素真人傳清靈真人裴君二事太上鬱儀

結璘之章以致日月之精神上奔日月通天

光飛太空之道也皆乘雲車羽蓋駕命群龍

而上昇皇天紫庭也內視中方曰子欲步空

當存日月王欲登清靈當存五星密室密行

不出宇庭此之謂也素奏丹符曰大哉鬱儀

妙乎結璘非上真不見非上仙不聞以日月

五精之神乘龍步空足躡景雲遂與五帝上

入天門有人聞之慎勿妄言去世可出普金

乃傳要傳弟子有心之人勿道篇目玉童上

言雖則被考身終不仙玉女王童去而弗還

書文發失獲刑三官子其慎言言為罪源

大方諸宮服日月芒法

常存心中有日象大如錢在中心赤色又存

日有九芒從心中出裝至齒間而芒迴還胃

中如此良久臨目存自見心胃中分明乃吐

氣漱破服液三十九過止一日三為之行之

十八年得道行日中無影恒存日在心中月

在泥九宮夜服月華如服日法存月十芒白

色從腦中下入喉芒亦未出齒而迴入胃

太上去真訣服日月法

東卿司命君曰先師王君昔見授太上明堂

玄真上經清齋休養存日月在口中靈存日



夜存月令大如錄曰赤色有紫光九月芒黃色有白光十月存咽眼光芒之液常靈行之無數若不修存時今日月還佳面明堂中日居在月居右令二景與目瞳氣合通也此道以攝運生精理魂神六丁奉侍天兵衛護此上真道也大都口訣正如此

服日子三五七九女根氣法

食玄根之氣法使人體中清朗神明八聽身有日映面有玉澤眼生明光齒含紫氣堅腸華藏長生久視服吸朝液懸糝絕粒道要於金液事妙於水玉所謂吐納自然之太和御九精之靈氣者也大道之為用貴自然也德之為靜專恬愉也攝自然以表真抱沖漠以不邪者則橫犯不生非皆自滅此乃三五七九之氣可謂要道之音也

兆卧未起之時存口中有一白氣大如鴉子黃鷄黃之外又有五色氣五色氣宛轉自生結溢黃外須臾乃滿心中名曰三五七九日子女根之氣也又存心胃口之中有一女人如嬰兒之形無衣服也正立胃管門口號

曰九天玄女承注魂液仰喻口中雞子黃之五色氣也常漱滿口中內外上下以舌迴吸日氣五色津液滿口吞之存使津液下入玄女之口如此三過畢又叩齒三通微祝曰玉清高上九天九靈治在玄府下入胃清金和玉映先自虛生名曰溥錄字曰豔精錄魂抱魄心開神明服食日子金華充盈良久都畢以手拭兩目二七又以兩手相拭極力摩面眉目之間鬢膚之際小熱使薰薰然也此太上服三五七九日子女根之道也

服日月氣法

服日氣之法以平旦採日華以夜半存之去面前九寸令方景照我泥丸下及五藏洞微一形引氣入口光色熾明良久乃畢則常得長生矣

又法

夜半生氣時若雞鳴時正卧閉目存左目中出日右目中出月並徑九寸在兩耳之上兩耳之上名為六合高懸也今日月使照一身內微泥丸下照五藏腸胃之中皆覺見了了

洞徹內外令一身與日月光合良久畢叩齒九通咽液九過乃微祝曰太上玄一九皇吐精三五七變洞觀幽冥日月垂光下徹神庭使照六合太一黃寧帝君命簡金書不傾五老奉待天地同誠使我不死以致真靈却過萬邪禍害滅平上朝天皇還若反嬰太帝有制百神敬聽畢乃閉目名為日月鍊根三元校魂以制御形神辟諸鬼氣之來使使兆長生不死多存之矣

又法

又存左目為日右目為月共合神庭之中却上入於明堂化生黃英之體下流口中九咽之以哺太一常以生氣時存之畢微祝曰日月上精黃水月華太一來飲神光高羅使我長生天地同柯畢五日一行之口中舌上

又法

為神庭存日月既畢因動舌覺有黃米如紫金色從舌上出上流却入明堂為黃英之體也存思之時常閉目絕念  
太一遊日服日月法  
太一常以甲午丙午戊午日日出時下遊絳

宮合形真人及兆身絳宮真人者處心中之丹田中元真人居其心中也先存思真人忽然與太一合形於是絳宮之中惟覺有太一之身身形象服如此體也但令形細渺然似初生孩子之狀又存兩鼻孔下左有日右有月日中有黃精赤氣月中有赤精黃氣精者二明之質色氣者日月之烟也二氣鬱鬱入絳宮絳宮溢滿二氣復上入洞房中洞房中鬱滿又下至黃庭中黃庭中者脐下三寸下丹田宮中也二氣既滿又入填溢太倉中二氣洞徹鬱積積胃管中存太一上行正當胃管中南向呼召下元丹田黃庭真人衣黃衣中黃巾與太一共生飲食精氣二十七咽良久畢存黃庭真人况曰

求月中丹光夫人法

還六合宮

日月之華黃赤二精圓光合氣上發大明三元飲食太一受靈又存太一與中元真人還入絳宮黃庭真人還下丹田太一與我合形

求仙之道當以夏至之日夜半入室南向臥坐任意閉眼內思月中丹光夫人姓諱形長八寸分頭作頰雲之髻者丹錦帶口銜月光入魂身心絳宮之中須更月光散為黃氣而絳一形夫人在月中中央採空青之林散神黃氣之中口吐陽精赤氣以灌兆形從向而外黃赤二氣更相纏繞洞映一身夫人以紫書丹字六音按於兆身便引黃氣二十四咽引陽精十二咽止即叩齒二十四通仰况曰流火萬頃洞陽之精陽安之館三華玉城金仙內映八素四明九曜降氣上仙高靈夫人焚香散玉華清丹書紫字結音空清灑地玉瀾流灑八溟采光流翳普天鮮榮迴展曲曜映監我形形與朱日同死同生乘空駕虛來御飛驛玉女獨位金童輔靈翠羽輕蓋上造帝庭畢咽氣二十四過咽液十二過止便服紫書丹字行此道八年夫人授兆丹書真文中玉璫今飛昇上造洞陽之宮

服日月六氣法

夫氣者神明之器清濁之宗夜玄則天清在

人則身存夫死生虧盈蓋順乎攝御之間也欲服六氣常以向曉寅丑之際因以天時告方面之時也太霞部輝丹陽誕光靈景啓辰朱精啓時之始也先存日如雞子在泥丸中畢乃吐出一氣存氣為黑色名之尸氣次吐二氣為白色名之故氣次吐三氣存氣為蒼色名之死氣思其氣吐亦良久也凡出三色合吐六氣也畢又徐徐引納黃氣四過畢咽液三過為之三畢乃存泥丸中目從目中出當口前令相去九寸臨目翳翳如見之覆止乃起坐動搖四體俯仰伸引令關脉調轉存咽津佳夜即存月在泥丸中如存日法若存月當以月一夜至十五日住從十六日至三十日是月氣衰損天胎虧縮不可以夜存也此法至妙能行者仙

金仙內法

金仙內法厥降靈靈常以月五日夜半子時存日鳥從此口入住在心中使光照一心一心之內與日同光共相合會赫赫烟烟當覺心腹霞暉映映良久有驗乃審况曰

太明育精內練丹心光暉體合神真來奉奉  
咽液九過叩齒九通止到十五日二十五日  
二十九日復作如前一月之中四度如上使  
人開明聰察百關解通萬神洞徹面有玉光  
體有金澤行之十五年太一遣寶車來迎上  
登太霄遊雲極行之務數不必一月四辰  
也

存思日月法

凡入山思日在面前月在腦後凡暮卧思日  
在面上月在足後赤氣在內白氣在外凡欲  
從人各思日月覆身而往當無所畏

向日取嚏法

欲得延年洗面精心至日更洗漱也日出二  
丈正面向日口吐死氣服日後便為之死氣  
四時吐之也鼻翁曰精須鼻得嚏便止是為  
氣通若不得嚏以軟物通導之使必得嚏也  
以補精復胎長生之方也向日正心欲得使  
心正當以日出三丈取嚏花仍為之錯手者  
兩肩上手在上以日當心開衣出心今正  
當之常能行之佳

雙景翼形隱道

鷄鳴時東方天色繞變之時坐卧任意閉目  
想固存日月之象在六合之府日在月右六  
合府在兩目之上角即眉復空處是也入皮  
一分仍辟方九分日色赤九紫廿月色黃十  
白芒也存使光明洞形令髮鬚在位存今日  
月合照光芒交映而洞徹身面也閉目極念  
無得遺脫畢叩齒七通咽液九過而微祝曰  
太明靈神化度營青招霞藏輝灌練五形宮  
駕六合七神調平使我飛仙登行上清行之  
十五年玉皇遣三素雲迎兆也

食竹筍鴻臚附

服日月之精華者欲得常食竹筍者日華之  
胎也一名大明又欲常食鴻臚者月胎之羽  
鳥也一名月鶩欲服日月當食此物氣感運  
之太虛真人曰鴻者羽族之總名也其鶴鴈  
鶩鶩皆曰鴻鶩也古語曰  
鶩鶩十年為 為有致天真 五帝銜月華  
列坐空中賓此古之無父訶也

雲笈七籤卷之二十四

登四

玄門寶海經曰陽精為日陰精為月分日月

日月星辰部  
總說星

之精為星辰綱者連星也紀者綴星也星形正圓如丸不應似貫珠穿度又不容作鈴鼻相綴理宜如破箭竿還相合以成體天地初成無子舉翅飛上乃在華蓋之下左有北辰右有北斗星辰稍備東西南北稍正星辰共以真道要養萬二千物下及六畜糞主草木皆被服其祕道莫德而生長焉

北辰星者衆神之本也凡星各有主掌皆繫於北辰北辰者北極不動之星也其神正坐玄丹宮名太一君也極之為言者界也是五方界俱集於中央是最尊居中也中極一名為天中上極星也是最居天之中東方少陽名為東極星西方少陰名為西極星南方太陽名為南極星中央名為中和上極上星故最高最尊為衆星之主也北極星天之太常

其神主昇進上總九天中統五嶽下領學者北極星圍七百七十里中有玄臺玉樓真人號飛華若姓羽靈韓昌元者飛精華冠衣紫錦裳執玉策太極君名北辰天帝制御萬神中央星是北極神人坐綠炁之光北斗星者

太極之紫蓋玄具之靈床九皇之神席天尊之偃房第一太星精名玄樞神曰陽明第二元星名曰北台神曰陰精第三具星名曰九極上真神又曰真人第四紐星名曰璇根神曰玄冥第五綱星名曰太平神曰丹元第六

紀星名曰命機神曰北極第七關星名曰玄陽神曰天關第八帝星名曰高上皇神曰八景虛元君第九等星號太微天帝君神曰太素七辰元君斗有魄魄之星迴旋在斗外裏纏於斗斗在內也陽明陰精二星之間星斗

魄魄魁首也名曰天樞魂神斗次第二星名曰天璇魂神斗次行第三星名曰天機魄精斗次行第四星名曰天權魄精斗次行第五星名曰玉衡魄靈斗次行第六星名曰闔陽魄靈斗次行第七星名曰搖光大明七星去

地四十萬里圍七百二十里皆金精瑤瑤為其郭七曜紫輝開其光號為帝車運于中央臨制四方分調陰陽四時五行皆稟之焉北斗君字君時一字元北斗神君本江夏人姓伯名大萬拔萬二千石左右神人姓雷名

機字太陰主天下諸仙人又搖搖與玉衡為輪北斗之星精曜九道光映十天北斗九星七見二隱其第八第九是帝皇太尊精神也漢相國霍光家有典衣奴子名還車忽見二星在斗中光明非常乃拜而還遂

得增年六百內輔一星在北斗第三星不可得見見之長生成神聖也外輔一星在北斗第六星下相去一寸許若驚恐厭惡起視之吉

黃帝曰以雞鳴時想北斗七星而天神下不死藥益壽不老又以丁亥之日仰存七星使煥明於北方良久陰祝曰召書上清役使萬神上登玉庭駕景乘空與天相傾又每立春日東向存北斗來下却蓋頭柄指



於前吉南斗神君字流時南斗字君元南斗君是河東人姓趙名敬光字君遷南斗君坐左右神人姓戴名道字叔生大道君子也

東斗主擊君西斗主伐君中斗伐逆君紫微宮內神姓柳字君明紫微君字露光夫人姓

王諱叔華太微星君字卿元太微內有三皇一曰皇君二曰天皇三曰皇老此即三元之

氣混沌之真在太微總領符命也文昌星神君字先常天子司命之符也土官星所主能

致山內稟實且為猿畫為猴蕃為死石瓊瑤星君字處行鈎陳水星主之常陳天之虎賁

也五車天之五嶽能致甘露麒麟三台星天之陞官且為龍畫為蛇暮為魚三神者三台

之靈也上台神君字願真上台名虛精主金玉中台神君字章明中台名六溥主祿位中

台兩星小關晉張華為司空死其星開下台神君字陰生下台名曲生主土田軒轅星天

之后妃土官也其神且為羊畫為解暮為鷲洞明星姓幽昇諱幽韻真人星姓歸珩諱妙

光字度元天之司空主五嶽靈仙

五星者是日月之靈根天胎之五藏天地類以絳氣日月繫之而明東方歲星真皇君名澄瀾字清凝夫人名寶容字飛靈南方熒惑

真皇君姓皓空諱維淳散融夫人諱華凝字玄暉太白真皇君姓皓空名德操夫人名麗

英字靈恩辰星真皇君名啓咄字積原夫人名玄華字龍娥鎮星真皇君名藏睦字航延

夫人名空瑤字飛賢二十八宿為難落也織女水官星能致神之食之壽與天地無極傳

倉水官星主天符南戒星同北戒水官星且為馬畫為鹿暮為蟬夫市星天之倉曹神能

致明月珠且為木畫為克暮為格平門土官星能致神女倡樂且為生木畫為水暮為蟻

輸玄冥星姓冥極諱定宣覺字法闕度真名執天之游擊也主伐逆上總九天鬼神中領

北帝三官下監萬兆穀土星能致飛鳥來朱雀且為雞畫為鳥暮為膏積水星能致四方

萬物恣其所欲坐在立亡狼星能致天帝君百二十神夫下有其官則上有其星下置置官失則上

星為其亂若露慢三光指片七曜呵罵風雨欺罔玄靈則致日月薄蝕星宿流飛常以十二月四日候天西北水母星長九丈大三圍

本末正等見即大水滿天下急走奔高山可逃也計然葵丘漢上人也姓辛字文子習星

曆之數知所富利之術

二十八宿 甲從官陽神也角星神主之陽神九人姓賓

名遠生衣綠玄單衣角星宿主之乙從官陰神也亢星神主之陰神四人姓扶名司馬馬

頭赤身衣赤緹單衣帶鈎九星神主之丙從官陽神也戌星神主之陽神十三人姓王名

師子衣青紗單衣氏星神主之丁從官陰神也房星神主之陰神八人姓洪名寄生衣絳

緋單衣房星神主之戊從官陽神也心星神主之心星火也為工故在東方陽神五人姓

女名涂租牛頭人身衣黃單衣帶鈎心星神主之己從官陰神也尾星神主之陰神十一人姓涂名徐澤先頭人身衣青單衣尾星神主之庚從官陽神也箕星神主之桑木若箕

星之精也陽神十一人姓元闕名仲衣飄飄  
 玉紗單衣箕星神主之辛從官陰神也南斗  
 星神主之陰神四人姓陽名多衣青單衣持  
 牙南斗星神主之壬從官陽神也牛星神主  
 之陽神十二人姓柳名將生衣絳玄單衣牛  
 星神主之癸從官陰神也女星神主之陰神  
 姓刁名徐字營子大頭人身女星神主之寅  
 從官孟神也虛星神主之槐者虛星之精也  
 孟神四人姓木名徐他鼠頭人身衣銀黑單  
 衣帶劍虛星神主之卯從官仲神也危星神  
 主之仲神十一人姓劉名歸生衣瓊紋單衣  
 帶劍危星神主之辰從官季神也營室星神  
 主之營室之內五色雜神營室天子受命之  
 司水官星神主之季神八人姓呂名昇衣黃  
 錦單衣營室星神主之巳從官孟神也東壁  
 星神主之孟神七人姓石名蘇和豕頭人身  
 衣黑單衣帶劍東壁星神主之午從官仲神  
 也奎星神主之仲神六人姓黑名石勝衣丹  
 紗單衣帶劍奎星神主之未從官季神也婁  
 星神主之季神十三人姓竺名遠來衣流英

單衣婁星神主之申從官孟神也胃星神主  
 之孟神八人姓馮名謝若衣流黃單衣帶劍  
 胃星神主之酉從官仲神也昂星神主之仲  
 神四人姓張名弩小衣綠青單衣昂星神主  
 之戌從官季神也畢星神主之季神姓桑名  
 公孫帶劍衣白毛單衣畢星神主之亥從官  
 孟神也甯星神主之孟神十一人姓王名平  
 衣龍青單衣甯星神主之子從官仲神也參  
 星神主之仲神八人姓銅名徐舒衣黃緋單  
 衣帶劍參星神主之丑從官季神也井星神  
 主之季神九人名博陽衣黃水單衣帶劍能  
 致鳳凰玄武東井星神主之震乾之長男也  
 鬼星神主之長男神五人姓作名涂子蛇頭  
 黑身帶劍衣赤野單衣鬼星神主之坎乾之  
 中子也柳星神主之中男神四人姓角名石  
 襄羊頭人身衣黃章單衣柳星神主之艮乾  
 之少子也七星神主之少子神五人名勝子  
 衣飛霞單衣七星神主之巽坤之長女也張  
 星神主之長女神五人姓李名神子衣赤血  
 單衣張星神主之離坤之中女也翼星神主

之中女神十人姓張名奴子衣緋黑單衣帶  
 劍翼星神主之兌坤之少女也軫星神主之  
 少女五人姓 名蘇子衣流黃單衣  
 北斗九星職位總主  
 黃老經曰北斗第一天樞星則陽明星之魂  
 神也第二天璇星則陰精星之魂神也第三  
 天機星則真人星之魂精也第四天權星則  
 玄冥星之魂精也第五玉衡星則丹元星之  
 魄靈也第六闔陽星則北極星之魂靈也第  
 七搖光星則天關星之魂大明也第八洞明  
 星則輔星之魂精陽明也第九隱元星則弼  
 星之魂明空靈也  
 陽明星天之太尉司政主非上總九天真  
 中監五嶽飛仙下領後學真之人天地神靈  
 功過輕重莫不隸焉  
 陰精星天之上宰主祿位上總天宿下領萬  
 靈及學仙之人諧以學道及兆民宿命祿位  
 莫不隸焉  
 真人星天之司空主神仙上總九天高真中  
 監五嶽靈仙下領學道之人真仙之官莫不

隸高

玄冥星天之逐擊主伐逆上總九天鬼神中  
領北帝三官下監萬兆伐逆不臣諸以凶勃  
莫不隸焉

丹元星天之斗君主命錄籍上總九天譜錄

中統鬼神簿目下領學真兆民命籍諸天諸  
地莫不總統

北極星天之太常主昇進上總九天上真中  
統五嶽飛仙下領學者之身凡以功勤得轉  
輪階級悉總之焉

天關星天之上帝主天地機運如四時長短

天地否泰劫會莫不隸焉

輔星天尊玉帝之星也曰常者常陽主飛仙

上總九天下領九地五嶽四瀆神仙之官悉  
由之焉

弼星太常真星也曰空者常空隱也主變化

無方

河圖寶錄云第一陽明星天之太尉司正主  
非上總九天之真中監五嶽飛仙下領後學

真人天地神靈功過輕重圍九百二十里有

青城玉樓據斗真人號九晨君姓上靈諱搖

天挺冠九晨玉冠衣青羽飛裳執斗玄圖坐  
玉樓中知內諱者玉晨下映飛行太空

第二陰精星天之上宰主祿位上總天宿下  
領萬靈及學仙之人圍五百五十五里有五

色玉樓舉魁真人號北上晨君姓育嬰諱激  
明光冠玄精玉冠衣玄羽飛裳執五色羽節

第三真人星天之司空主神仙上總九天高  
真中監五嶽飛仙下領學道之人圍七百七  
十里有黃臺玉樓真人號主仙華神君姓歸

炳諱度衆階冠飛晨霄冠衣青羽飛裳執斗

中青錄

第四玄冥星天之游擊主伐逆上總九天鬼

神中領北帝三官下監萬兆圍八百里有朱  
臺玉樓步斗真人號玄上飛蓋晨君姓冥樞

諱搖天柱冠二華寶晨冠衣丹錦飛裳執九

靈之節

第五丹元星天之北斗君主命錄籍上總九  
天諸錄中統鬼神簿目下領學真兆民命籍

諸天諸地莫不總統圍七百二十里有素臺

金樓躡紀真人號金魁七晨君姓上聞諱變

五道冠七寶飛天冠衣白錦飛裳執青元籍  
第六北極星天之太常主昇進上總九天上

真中統五嶽飛仙下領學者階級圍七百七  
十里有玄臺玉樓步剛真人號北晨飛華君

姓明靈諱昌上元冠飛精華冠衣紫錦飛裳  
執九斗玉策

第七天關星天之上帝主天地機運四時長  
短否泰劫會圍九百里有九層玉樓東龍真  
人號總靈九元北蓋晨君姓玄樞諱開天徒

冠九元寶冠衣九色錦裳執暉神之印

第八輔星天尊玉帝之星曰常陽也主飛仙

上總九天下領九地五嶽四瀆神仙之官圍  
九百九十里有紫炁玉樓遊行三界真人號  
帝尊九晨君姓精常諱空上開正廷冠飛精

玉冠衣九色鳳衣執火鈴

第九弼星太常真人星曰空隱也主變化無

方圍九百九十里玉樓紫館徘徊三陽真  
人號帝真元星君姓幽空諱冥陽暉幽象冠

飛天王冠衣九天龍衣執帝章

兆若訴彼之非明此之是過他之惡申巳之善自負而不怨人通理而各祈祐除罪延福告請天之太尉第一玉皇君

兆若陰陽學官千祿求位告請天之上宰第二玉皇君

兆若學道期仙通神達聖告請天之司空第三玉皇君

兆若制服鬼神惡逆誅伐幽顯凶邪告請天之游擊第四玉皇君

兆若立功建德益算延年告請天之斗君第五玉皇君

兆若屈滯疾厄乞申希免告請天之太常第六玉皇君

兆若天地否激蒸候不調告請天之上帝第七玉皇君

兆若攘却災飛上履下告請天之尊玉帝第八玉皇君

兆若變化無方應救一切告請天之太帝第九玉皇君

右九皇君九夫人內姓隱諱知之延壽千

年常夕夕觀之想見皇君夫人形相威光憶其姓諱諦存在心得見第八第九星廷壽無窮

太上空常飛步錄

太上大道君曰空常者天地之魂魄陰陽之行用唯斗君名姓別有具列於後訣唯有一訣步剛咒啓乞願由人臨時作辭及口啓之在其二十八宿名星圖具在流珠正經以意詳用

次南斗君及七宿法老君曰南斗君姓唐名籙字宣道太原人

次西斗君及七宿法老君曰西斗君姓劉名起字石嬰長安人也

次北斗君及七宿法老君曰北斗君姓陳名奉字百萬江夏人云云在流珠中

右四斗君四人官二十八人皆受志人配使并乞願皆如心手相應無事切不得妄行却招禍返損人也

次司命法

老君曰左司命一人也姓韓名思字元信長

樂人也司錄司伐等屬焉左司命有三十六大真官

右司命姓張名獲邑字子良廣陽人也司錄司非等屬焉右司命亦有三十六大真官

天師曰韓張二司命皆是漢高帝之臣也老君曰得左右二司命名可以六甲日躡地紀步呪如前二十八宿法唯訣各隨命配為司命訣捨之往往行之二年便獲長生請出災厄秘妙之法久久精修白日昇舉

雲笈七籤卷之二十四



雲笈七籤卷之二十五

卷五

日月星辰部

北極七元紫庭秘訣一名北帝七元

延生真經

吳赤鳥二年葛仙公授之於太上魏朝時葉先生傳之於世太上虛無北帝真要上通紫庭

魁身魁神 魁德男女魁命 魁官 魁職 魁考 魁妻 魁婢

已上七位用燈七椀於道靖內明點占其明暗即知本位災厄凡難用晦朔之日

七元經云此日北帝七元真人下降人間檢句罪福凡人每難求解災厄即得言無不利又云本命日及祿命合日相生之日犬鼠不

至處刻削草穢淨地之上用丑亥未時祭之禮是謂掃地而祭亦可使白茅藉之若人能

知星名及所食之物所行之處常得吉勝也右件醮時皆須沐浴齋潔以燈列位每星

下用菓子一隻上安供養物各以茅香水

洗過并洒掃庭室乃祀之位北立一鐵錢

探則候探上錢動真乃降失必除殃降福也仍不可駐目視真座凡人但知本屬星

名即得無災何況久能離之祀訖即看風從何方來此是求名之方仍各減少許星

糧以一囊可方一寸貯之頭戴而行有急難三呼本命星名求其救助及求餘事亦

呼本命星名兼用清酒名茶淨果油餅錢財多少計自於人用單狀一紙列其真位

并迷所求意

一陽明星 應五七

二陰精星 應第四星第六星一五也

三真人星 位別亦下步

四玄冥星

五丹元星

六北極星

七天關星

輔星

弼星

己上並頭戴寶冠身披寶帔手執玉簡真

人形狀醮時存見啓祝

第八帝星高上玉皇景光君見增三百歲第九帝星太微玉帝神君又云大帝七辰元君見增六百歲

已上帝王裝束並與北斗相近一云帝在第四星內尊星在第二星內皆是帝王天

尊之精神醮時存見常以每月初三二十七日夜竊候之勿令雜人見誠心久之無

不見者二星大如七星光皆紫華上有異常宿煥然可見見皆叩頭請乞長生飛仙及

心告臨時既見之後二帝君當授子真官矣

上台星名虛精求之感帝王之夢及金玉念名求之必應中台星名六涼求官祿威與念名求之必得吉遂下台星名曲生求妻妾奴

婢念名求之必遂

右太微帝君曰欲得延年長生富貴高遠須修此術若久久步之乃設醮若能拔七

祖罪累并身災厄凡有厄患求之自滅若帝王求道壽壽三光千變萬化坐在立亡

福如山數為人重愛修道之者白日升天  
三公卿相自感帝王愛夢官祿與感須是  
至淨人家有此法者辟一切病患及諸不  
祥昔漢劉景被百萬賊軍圍遠飛矢如雨  
士卒失色唯景安然無怖散披汗衫步七

星網嘯許設醮即有神人解圍賊皆散走  
此猶是常步醮之法況此秘密真訣向來  
皆真仙口傳之秘七元科每一百年乃傳  
一人須有骨錄者不可妄傳殃及九祖如  
世人未能步綱但一月兩醮自當感應一

年辟非橫二年辟非厄三年辟死災四年  
見具形千災萬邪莫能侵害永無惡災

一陽明星子生人屬之食黍米  
二陰精星丑亥生人屬之食粟米

三真人星寅戌生人屬之食糯米  
四玄冥星卯酉生人屬之食小豆

五丹元星辰申生人屬之食麻子  
六壯極星巳未生人屬之食大豆

七天關星午生人屬之食小豆  
醮物料

代人二餅 白米 命縮一 貼體衣料  
命巾二尺 金銀針 玉環針 鹽二升  
祿米二石 銅錢一千二 鼓二升 案表  
紙十張 筆管 墨 香爐 淨水  
案面 鎮信錄

東方青龍九尺 南方朱雀三  
北方玄龍五尺 中央黃龍一十  
李栗桃杏棗梨胡桃乾柿  
淨床二 北壁保一  
七元圖 圖用青絹兩幅長九尺畫

之  
凡醮時燒香了下食都畢退後良久疑神  
執簡躬身相去一丈五尺微呪曰

維某年某月某時第子具銜次云命屬某星  
下稽首再拜次對謹請上聞

七元真君陽明陰精光明煥赫今夜降靈鑿  
茲薄禮暫降淨庭賜臣無畏身魂安寧除  
死籍注臣長生所求皆得所作皆成上感  
帝王下感人情東人欽愛飛升紫庭降臨醮  
席稽首再拜次對謹請上聞

七元真君真人玄冥降臣淨庭鑿臣微醮知  
臣丹誠願升仙都太陰無名役使萬神六甲  
六丁上感  
天心下救蒼生降臨醮席稽首再拜次對謹  
請上聞

七元真君丹元北極降臣淨域削臣死名乞  
臣道力壽齊三光福慶萬億神人衛身至女  
下直降臨醮席稽首再拜次對謹請上聞  
七元真君天關大神照耀臣身願臣長生得  
為帝賓類知日月四時長春下界垢穢速登

上真左盼靈儀右攜結璘玉童為使玉女為  
親降臨醮席稽首再拜次對斗口謹請上聞  
尊帝二星北極之靈人不曾見見即長生注  
臣飛仙句已死名福慶無窮與天齊傾速超  
仙都遊行上清降臨醮席稽首再拜次對謹  
請上聞

輔弼真君一隱一顯至真至神佐相北極環  
遶紫宸願施道力成臣道因上扶天意下度  
迷津降臨醮席稽首再拜次對西坐謹請上  
聞

上台虛精中台六淳下台曲生小日澄懸再拜奉迎日具薄禮日意不輕盡心竭力知日丹誠除日死籍注日長生位在高遷列官天庭心意開廓耳目聰明三魂水久七魄不傾上朝金闕下謁玉京乘駕雲龍位作仙卿降臨醮席稽首再拜都畢退後任真饗食如有心告臨時啓聞了宜讀單狀皆不可高聲及雜人知見其天地水三官設三位於斗杓之下其土地直日二分預燒錢供養使關奏却穢矣

祭文

維某年某月某日某時具州里街次敬昭告于

上天神后北極靈殿七元真君事意撰文謹奏此章冒犯北極輕驥明神倍深戰慄之至

謹奏又朝夕朝禮亦心念之呪曰謹請上聞

七元真君陽明陰精真人玄冥丹元北極天關之靈去日死籍注日長生所求皆得所作皆成衆人欽愛飛升紫庭次念謹請上聞

尊帝二星北極之靈願日早見見即長生福慶無窮與天齊年次念謹請上聞

三台至誠虛精六淳曲生之名願日高遷列官天庭心意開廓耳目聰明三魂水久七魄不傾又北斗延生神呪念之安神延壽此斗

七元七靈玉名貪狼巨門保日長生祿存文曲護日生魂廉貞武曲衛日生門破軍輔兩保日長生除却災厄絕去邪精落下死籍注上生名脫免三災拔散九橫至真攝鬼神魔權傾學道修真願日早成七元守衛身飛紫

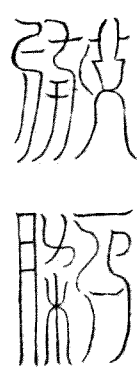
庭凡未下牀及臨眠時存禮安神度厄之呪皆默念一遍方下足及卧呪曰

貪狼之諱陽明之星玉皇尊福億萬衆兵來扶我身巨門之諱陰精之星祿存真人文曲玄冥廉貞丹元武曲之諱北極之星破軍之

諱天關之星七星尊神千千萬萬在吾左右左有青龍名孟章右有白虎名監兵前有朱雀名陵先後有玄武名執明建節持幢負背鍾鼓在吾前後左右周匝數千萬重重急急如律令

此法王侯行之夷夏率服凡人富昌長生久視與天同光道人修之上升世人行之延壽秘密而保勿輕易之

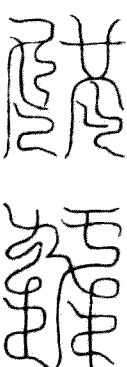
北斗第七元真形圖帶佩之大集福慶




北斗第二陰精星君



北斗第三真人星君



北斗第四玄冥星君



北斗第五丹元星君



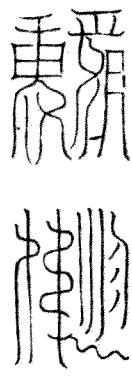
北斗第六極星君



北斗第七天關星君



七童卧斗法



凡上學之士服日月之道當修七曜之法  
 每以人定之後當於別室燒香北首而卧安  
 身定神素絕異念專心在靈叩齒二十四通  
 存思七星煥明北方已身卧於七星斗中華  
 蓋之下七曜之光流煥紫景之外冠覆於已  
 身在紫景之上七曜之中內外鬱冥都無所  
 見良久豁除七曜之光化為七童若在一星  
 之上第一童子諱樞明第二童子諱曜靈第  
 三童子諱北元第四童子諱寶精第五童子  
 諱丹嬰第六童子諱靈清第七童子諱紫映  
 七童子吐七寶之光以哺飴兆身樞明童子  
 吐紫景之光曜靈童子吐瑠璃之光寶精童  
 子吐白銀之光丹嬰童子吐玉精之光靈清  
 童子吐寶珠之光紫映童子吐珊瑚之光七  
 寶之光同入兆身便引氣四十九咽止微呪

曰  
 金精變化結元七靈紫曜煥落朱景洞明華  
 蓋徘徊輪轉寒庭寶光耀耀七曜纏嬰玄暉  
 吐蘭芳芝流盈夕寢靈館朝登玉清瑤璣遲  
 路紫景翼形宴靈雲輪策御飛耕遊盼八極

三道合并咽液七過止起以粟米之粉粉身  
 令匝而卧如此七年身生七寶之光頭有紫  
 景華蓋恒冠兆形得使通靈玉女七人降致  
 靈飛雲玄與來迎兆身上升北辰此道祕妙  
 上真所修不行下世若有刻簡玄名於未生  
 之前記青錄玉文之人當得此道得者尅成  
 上仙為萬仙之師宗也輕泄失明形殘七祖  
 充責刀山食火三塗萬劫不原學士明慎四  
 極之旨深寶之焉此七童子即七寶之內精  
 化為七曜之上真知其名則不死修其法則  
 神仙泄其諱則失明晨夕存念則恒衛兆身  
 若有災厄困急之中叩齒七通呼七童之名  
 災即自消此道止可獨知而已懷抱珠玉豈  
 可放於垢塵也明哲祕之

太上招五辰於洞房飛仙祕道

夜半清靜坐卧任意安體靜心慢氣調神臨  
 目內視此法夕夕為之坐則各向其方卧則  
 首向所在其星光芒煥耀乃忽然飛來入在  
 頭位存西方太白星白色七光芒見在又如  
 今所望既至目前漸令小圓徑七分仍入其



關光芒滿方寸之中餘星似此在玉璫紫關  
 在兩眉上直入一寸仍辟方一寸是光明空  
 兩邊陽日在左眉上陰日在右眉上次存北  
 方辰星卷色五芒在天中帶那玄宮從鼻直  
 上來至髮際五分直入方一寸是對天庭宮  
 之上下去眉二寸星徑五分也次存東方歲  
 星青色九芒在洞關朱臺在兩眉後一寸直  
 入一寸方一寸接六分府下角陽日在左陰  
 日在右星徑九分次存南方榮惑星赤色三  
 芒在玉關華房在兩眉間五分直入方五分  
 陽日在左陰日在右星徑三分次存中央鎮  
 星黃色四芒稍向西向先仰視如見其星乃  
 平首存之在金匱黃室長谷在鼻人中中央  
 直入二分其星半出外如蠅懸於上星徑四  
 分存思都訖髮髻令星處其位當覺使五<sub>上</sub>星  
 出光芒放五色煙貫我一身洞徹內外體中  
 如有寶星精來入也乃叩齒五通咽液二  
 十五過訖星各五咽存其液依五<sub>上</sub>星色各入  
 其藏仍依所存次第為之也微祝曰  
 高元紫關中有五神寶曜敷輝放光衝門精

化積生變為老人首中素冠綠幘絳右布帶  
 流鈴左佩虎真手把天網散絳飛辰足躡華  
 蓋吐芒鍊身三景保守令我得真養魂制魄  
 乘風飛仙欲有祝願在衣祀後續言之疑思  
 良久畢又咽液三過叩齒三通常行此十五  
 年五老來迎一合俱昇紫虛行之勿令不常  
 也存之勿令不精也行之者忌履穢禁雜處  
 常薰香若數沐浴連之者凋敗願之者飛仙

昇斗法

常以八節日夜半時入室正坐接手定氣開  
 目內視亦北向乃存一身冉冉起上飛升北  
 斗魁中先存天上北斗九星依時所加之歌  
 我忽上入魁中背真人星坐良久為之如覺  
 我形已在斗中也極念為之當覺體中熱是  
 真氣合德存斗星紫光澤沃我身收照內外  
 又存九精三大神名字服色但心存名字上  
 元大神名奇細字靈剛著紫髮冠鳳羽紫披  
 虎獅丹裳左帶玉佩古服金瑤兩手握流金  
 火鈴不用呼之中元大神名旋虎字素康項  
 貞圓光杖髮冠辟邪華披龍帶虎雲下元大

神名執簡字洪鬱著執華綠冠黃鳳羽披龍  
 衣虎帶佩流金火鈴手把日在天秤之神則  
 宜形大使各長二尺許我亦同之恍惚令不  
 復覺有令我昧上之質乃佳三神與我對坐  
 令背元星坐上元君左以次右列之我心拜  
 之各一拜昇精想髮鬚遺形眇眇將令恍惚  
 也存三大神同問我何不速來稱首答曰長  
 六天三官來慶之故三神共怒振鈴吐氣喚  
 喚八方又存思忽然斗中至吐紫煙入我  
 心中良久忽見一女子狀如嬰兒在三神前  
 向我坐衣服如靴中所言吐紫煙直去心中  
 乃心呼曰斗中九精陰靈玉清上妃名密華  
 字靜情乃咽液八十過叩齒九通舉左手以  
 撫心微祝曰  
 太上丹靈玄光煇煇九緯啓璇暉氣澄散紫  
 晨幽燭七曜蔚榮二景奏明陰陽以判四度  
 運昌雲津迴灌八節啓氣上升九元據斗攀  
 綱奉見三神問我稽留何不升仙我則稽首  
 畏見以前帝乃赫莊口銜日根左破六天右  
 履鄴山流鈴上煥魔首碎分逐我七魄強我

三魂藏斗內暉九精在心紫霞洞映飛光萬  
尋和魂制魄六胎修鍊精感變躍王妃忽見  
坐當我心俯視仰盼其名審華嚴字鄰借吐  
納朱氣和平百關身服錦帔鳳光驚裾腰帶  
虎籙龍章玉文手執月華頭巾紫冠騰躍太  
霄駕蓋蓋書名太素我得飛仙起浮空峒  
垂瓊太元上造朱房役使萬神紀分二度遠  
反嬰頽北帝激電南帝火陳東倉啓燭赫赫  
雷震西流雙杼鳴音唱鈞四舉起躍薦我玉  
真遂乘八景遨宴九煙畢接手如初咽液三  
十過叩齒九通又祝如前又攝而祝畢起向  
西北再拜畢開目行之四十年太上迎以瓊  
輪起虛躡空升登上清列為真人及形嬰顏  
衆神侍軒

卧斗

凡暮卧先存斗九星在所卧席上於牀前  
北向立兩手撫心閉氣瞑目存天上北斗并  
帝尊九星依當時所知之位乃見每星末下  
星旁列如圖今天關依月建斗形是九尺廣  
六尺乃燒香於真星之外若時朔日之夕即

并存蓋之星俱下亦列位如圖乃從魁下  
轉至十口於尊星外入魁中正極卧閉目存  
思其星作圓元之象星紫色細赤色連曉其  
星如步圓之者耳令我頭首九極使真氣入  
於泥丸今真星正當頂上存真氣紫光通身  
入泥丸官并強出泥頭腦之內光映洞徹足  
躡尊星心念飛仙小居左足以躡之令太微  
制我三魂尊星中有太微玉帝請乞制之心  
念我得飛仙現在三官中足躡帝星心念飛  
仙中右足以躡之令高上拘我七魄帝星中

高上玉皇請乞制之心念得飛仙物魄在臍  
命門中左手把北台由仰左手小舉之把元  
星下網使星形在虎口上右手執璇根直抵  
覆右手執紐星網使星在虎口上陰祝星名  
安身如法此乃瞑目閉氣次以存此九星名  
第一太星精名玄樞願某名有兩字者其稱  
之餘某做此飛仙乘虛駕浮存星在左右足  
指前小遠之  
第二元星精名北台上真願某飛仙遊行洞  
牽存星右手把之

第三真星精名九極上真願某飛仙得治三  
玄存星在頭頂上

第四細星精名璇根願某玉名列為飛仙存  
星右手執之令成魁形

第五網星精名天平願某飛仙登行上清次  
細星右

第六紀星精名命機願某飛仙名書太微次  
網星右

第七關星精名玄陽願某飛仙得使玉童次  
紀星本令成斗形悉使在卧席上也

第八帝星精名高上玉皇願某飛仙得登後  
聖之堂存星在魁中網連紐星今對方足心

第九尊星精名太微帝君願某飛仙得入丹  
關玉房更都存九星一時俱見乃叩齒三七  
通咽液三七過陰祝曰

九星太精北極真君益我胎精強我三魂左  
引日華右拘月津辰中黃景元虛黃真使我  
飛仙上登紫宸神虎玉符常守生門萬邪伏  
法受形斗君在洞房所存所祝都畢良久乃  
存斗星之精忽然入洞房中存席上九若并

存星在左右足指前小遠之  
第二元星精名北台上真願某飛仙遊行洞  
牽存星右手把之

網一時分精作促小之形提氣尸却入洞房中偃懸而上以拘指當是即席上頭中兩處俱有也洞房魁中左右有黃老君魂玉色黃鑪衣右有已魂是第二魂胎光其形服如我與黃老對坐中有洪九赤子帝君亦備衣向外坐光照一身洞徹五內三關百節皆令赤赫然後陰祝曰

洞房元精赤子太尊斗光華蓋來照泥丸寶鍊骨血拘魄制魂使赤飛仙乘雲登辰上朝玉帝太一元君都畢乃閉目念念忘形安眠

青童君曰此斗陰精致仙使靈洞房致北斗陽精使五藏自生遂得乘雲遊行上清月朔存華辰紫蓋唯月朔一日一存此夕所存辰蓋止存席上不分精入洞房也先存九星竟即存辰蓋次祝九星名以至於畢也早旦欲起常密叩齒二七通咽液二七過服久或有反側今欲起當更正安手足存九星如法乃叩祝之陰祝曰

天元上斗中有七童上清紫精在兆身中華辰紫蓋太素玄宮後聖靈氣下入洞房使我

飛仙得本極金堂祝畢存九星欬然無象朔夕辰蓋亦然所云平旦起者謂專行此事夜中更無他務耳若夜中須起行諸事亦宜祝而乃起若更卧者能重存為佳不止一卧一起一祝耳行此十八年必色反嬰顏一旦有星之精變成九老之公並俱來下迎光身白日登晨

存二十四星法

常以月朔之夕生氣之時安卧閉目向上心存二十四星星大一寸如連結之狀又存一星之中輒有一人合二十四人人皆如小兒始生之狀無衣服也於是二十四星直從天上虛空中來下迴繞一身三帶三帶畢以次咽入口凡作二十四咽咽時輒覺吞一星也覺從口內控至臍中臍中名曰受命之宮也又覺星光照一腹內洞徹五藏又存星光化為二十四真人並吐黃氣如煙以布滿腹中鬱鬱然洞徹內外也良久微呪曰

二十四真人迴入黃庭口吐黃氣二十四星灌我命門百神受靈使我骨強魂魄安寧五

藏受符天地相傾畢名曰真氣入守命門以辟災禍百鬼之疾令人長生不死

奔辰飛登五星法

復聖李君奉受八素真經奔辰隱書施行其法乃致太微天帝下迎五星同與乘玄華三素北登玉清受書為上清金闕帝君

飛登木星之道歲星員鏡木精玄朗東陽之陔星中有九門門中出九鋒芒鋒芒光華九百萬丈一門輒有一青帝備門奉衛於中央青皇真君在中央有始陽上真青皇道君諱澄瀾字清凝夫人諱寶容字飛雲治在木星之內鎮守九門運青光流鋒以照上下之真欲飛登之法常思見歲星當正心視星以右手拊心而禮之左手掩兩目乃九閉炁及叩齒二十七通咽液九過使目閉於手下心呼歲星中真皇之君君夫人名諱字三過畢曰願得與始陽青皇真君君夫人共乘八景碧輿上登太上宮言畢乃瞑閉目於手下向星微呪曰

天光交和精流東方仰望九門飛霞散鋒始

陽碧臺中有青皇青牙垂暉映照九方營紫夫人字曰飛雲齊服靈錦虎帳虎幕腰帶鳳符首中華冠出入無入虛遨遊太元前策青帝後從千神來見迎接得為飛真上登玉清高上之房呪畢去手瞑目對星服星之光二十七吞存視星九芒使盡來入喉中也都畢又叩齒三通常行之十四年木星中青皇大君奏聞高上玉清官刻太微籙簡定名玉書位為上清上飛真人木星有九門門內有九青帝其一帝輒備一門以奉承於中央青皇上真大君也青皇者東方之上真始精之尊神也出入玉清與高上為友也其門內青帝或號青靈之公或號青真或號青精或號青帝君並受事於中央青皇也八素之秘道者則致青皇來降已行五靈之外法者則致青神來授書是故道有深淺致有尊卑天無星之時天陰之夕可於寢室中向東存修而呪也天道微妙玄綱毫分不必修星而行之也有星時可出庭中坐立適意所謂上真之道登東宸之法不傳地仙輩也

飛登火星之道火星玄鏡丹精映觀南軒星有三門門中出三鋒芒鋒芒光垂三百萬丈一門內輒有一赤帝備門奉衛於南真上皇真君星中央有丹火朱陽赤皇上真道君諱維淳字敬融夫人諱華瓶字玄羅治在火星內鎮守三門運亦光飛雲以覆天下之真人也欲飛登之法思見榮感星正心視星以左手拊心而禮之右手掩口乃三閉氣又叩齒二十七通咽液九通瞑閉兩目心呼榮感真皇君榮感夫人諱字三過畢曰願得與丹火赤皇君君夫人共乘八景丹輿上登玉清宮畢乃向星微呪曰

三元上皇帝刻玄圖瓊簡定名金書位為上清上飛真人榮感星有三門門內有三赤帝其一帝輒備一門以奉屬於中央赤皇君也赤皇者南方之上真丹官之貴神出入玉清與三元上皇為友也其星中赤帝君者或號赤靈之公或號赤神或號赤精或號赤帝並受事於中央赤皇上真大君也行八素之隱書則致赤皇來降已行五靈之外法則致赤神來授書是以道有隱外文有秘顯爾乃招真有尊卑之差求神有上下之序若無星之時天陰之夕可於寢室向存之有星可出中庭坐立任意此所謂奔南辰之法不傳地仙傳之犯泄漏之罪地仙自復有八素經論服玉炁吐納之道也又有九素經論君鬼使精行厨檢魂魄之事止墜行名山長生不死而已八素經復有天鈞上曲陽歌九章九素經後有風吹龍噴陰歌八章此是地仙之祕書也今所謂太上奔辰八素行上清之道非地仙之八素也地仙之嘯歌以待上清之行遊耳



飛登金星之道太白星員鏡金精煥耀西辰  
 太白星中有七門門中出七鋒芒鋒芒光垂  
 七百萬丈一門內各有一白帝凡有七白帝  
 備門來術於西真上皇道君星中央有木素  
 少陽白帝上真道君諱寥凌字振尋夫人諱  
 緇英字靈恩治在金星之內鎮守七門運白  
 光飛精以映上元真人欲飛登之法思見太  
 白星當正心視星以右手拊心而禮之左手  
 掩兩鼻孔乃七閉氣又叩齒二十七通咽液  
 九過瞑閉兩目心存太白真皇君君夫人諱  
 字三通畢曰願得與太素少陽君君夫人共  
 乘八景素輦上登玉清官畢又向星微呪曰  
 七炁豈飛光照西方仰望七門靈關徹錄素  
 暉燭映德標金室中有少陽號曰白皇夫人  
 靈恩治在玉房齋服結錦流鈴虎章首巾扶  
 晨腰佩金璫出空入虛遊步玉剛前導白帝  
 後從六庚來下見迎北登壙官名書上清得  
 為真公呪畢去手勿得掩鼻故瞑兩目視星  
 服星之光芒二十七吞存令七芒盡來入喉  
 中鄰畢又叩齒三通常行之十四年太白星

中少曰白皇上真道君奏聞太帝玉皇宮刻  
 上清金闕定名王簡位為上清左真公以綜  
 太極太白星有七門門內有七白帝其一帝  
 輒備一門以奉屬於中央白皇道君也白皇  
 者西方之上真太素之尊皇出入玄清與皇  
 初道君為友也其門內白帝君或號白靈之  
 公或號白神或號白精或號白帝之君並受  
 事於中央白皇上真大君也行八素之秘妙  
 則致白皇來降已行五靈之外道則致白神  
 來授書尊卑玄盼故道有淵階矣若無星之  
 時天陰之夕皆於室中寢處西向存之有星  
 可出庭中坐立任意若靜齋道士亦可通於  
 室中存五星之真方面而並修之也皆上真  
 之道奔西辰之法不傳地仙一夕服五星令  
 常周遍春服星光以東方為始夏服星光以  
 南方為始隨王月以王星為先口訣也星行  
 不必在方面亦隨星所在而修行口訣也  
 行事時不欲令人見其所為當隱僻而為之  
 也此是太上之隱道所謂隱書者也隱而復  
 隱猶恐鬼神竊者其篇題何可今世之真骸

輒傳授者聞此標迹乎不可以言譬愚人殊  
 無所知而今見其道也凡人身中亦有七神  
 七神見之亦為泄漏不可不深慎也修隱書  
 之道而發泄隱書之名目者既當受考三官  
 又適足以作禍也每欲省按皆先屏左右人  
 及雞犬之生物燒香再拜乃視之也  
 飛登水星之道辰星員鏡水精洞映北冥辰  
 星中有五門門中出五鋒芒鋒芒光垂五百  
 萬丈一門各有一黑帝凡五黑帝並備一門  
 來術於北真上皇星中央有太玄陰元黑皇  
 道君諱啓恒字精源夫人諱玄華字龍娥治  
 在水星之內鎮守五門之中運玄光流明之  
 炁以朗耀北元之庭當為真人者欲飛登之  
 法思見水星正心視星以兩手拊心拊心畢  
 舉兩手以掩兩耳乃五閉炁又叩齒二十七  
 通咽液九過瞑閉兩目心存辰星真皇道君  
 君夫人名字三通畢曰願得與陰元黑皇道  
 君君夫人共乘八景素輦上登上清上元官  
 畢又向星微呪曰  
 五炁玄飛光流北方仰望五門蒼闕鬱紫液

芒達觀靈映景雲中有黑皇殿字精深龍城  
紛攝俱理玄關齊服蒼帔紫錦飛翬腰佩虎  
符首巾道冠出凌九虛入響玉津前導黑帝  
後從六壬來下見迎上登紫房名書太上得  
為玉真吼畢去手勿復掩耳故臨目視星服  
星之光芒二十七過存令五芒盡來入喉中  
都畢又三叩齒常行之十四年辰星中太玄  
上皇真君奏聞高上官刻琳房玉札定玉清  
紫文位為上清真公辰星有五門門內有五  
黑帝其一帝輒備一門以奉屬於中央玄皇  
君也玄皇者北方之上真太玄之尊君出入  
上虛與紫精道君為友也其備門黑帝或號  
為黑靈之公或號黑神或號為黑精或號為  
黑帝君並受事於中央太玄黑真上皇君行  
八素之隱道則致北皇來降已行五靈之外  
法則致黑帝君來授書尊卑差序故道有隱  
顯焉若天陰之夕及無星見之時可於室中  
寢處常修之此高上之祕道奏登北反之上  
法也非地仙陸行所得聞者也玉清上清太  
極太清九宮並各有官寮公卿大夫僕伯署

置如一更相管統奉屬於上皇官關次第等  
類相似但道品有專貴德業有昇降  
飛登主星之道鎮星真鏡主精鎮齋黃道鎮  
星中有四門門中出四鋒芒鋒芒光垂四百  
萬丈一門各有一黃帝凡四黃帝備門奉衛  
於鎮元黃真君也星中央有中黃真皇道君  
諱藏睡字純延夫人諱空瑤字非賢治在鎮  
星之內鎮鑿四門運黃裳流照朗映中元照  
盼學真著欲飛登之法思見鎮星正心視星  
以兩手拊心拊心早舉左手以掩洞房上乃  
四閉烝又叩齒二十七通咽液九過瞑閉兩  
目心時鎮星真皇君若夫人諱字三過畢曰  
願得與中央太皇道君若夫人共乘八景黃  
輿上登上清官畢又向星微呪曰  
四炁排徊合注中元仰望九極傍觀四門黃  
臺瑩房垂鋒射芒靈光鬱散天華落盆中有  
黃皇殿字純延夫人潛德是為非賢理和命  
系導玄灌元齋服黃裳龍錦虎背腰佩金符  
首巾紫冠出凌玄空展光金門前導黃帝六  
已衝軒來下見迎上登天關金書太上琅簡

刻名飛行太空得為玉卿吼畢去手勿復掩  
洞房上而瞑兩目服星之光二十七過存令  
四芒盡來入喉中都畢又三叩齒常行之十  
四年鎮星中黃上真皇奏聞太上官刻霄臺  
若蘭定九玄丹文位為上清真公下友四極  
上真人鎮星中有四門門內有四黃帝其一  
帝輒備一門以奉屬於中央黃真皇君也中  
央黃真上皇者中極之高尊出入太微與皇  
初道君為友也或號曰黃靈之公或號黃神  
或號黃精或號黃帝君並受事於中黃上真  
之君也行八素之祕道則致黃真道君來迎  
已行五靈之外法則致黃帝來授書矣天陰  
無星之時皆於寢室施行同存五方也真人  
云在室內存星亦不異於見星也勿謂不見  
星而當廢之也此太上之隱道登辰之祕法  
矣  
吞服星光時當悉存星真上皇皇夫人乘  
光中來下入口咽之瞑目髣髴如有其形也  
此李君口訣恒修太上隱法招存五星之上  
皇者五年之內髣髴形見七年都見與之周

行十四年五星一合來下共乘玄華之與三  
素紫雲前導五帝後從萬真五星攜之共載  
白日登辰上朝玉清受書為上清上真矣

雲笈七籤卷之二十五

五

雲笈七籤卷之二十六

不製即字是卷其外其書

書其法其意

登六

十洲三島

十洲并序

東方朔集

漢武帝既聞王母說八方巨海之中有相洲  
瀛洲玄洲炎洲長洲元洲流洲生洲鳳麟洲  
聚窟洲等十洲並是人跡所希絕處又始知  
東方朔非世常人是以前之曲室而親問十  
洲所在方物之名故書記之方朔云臣學仙  
者耳非得道之人以國家威美特招延儒墨  
於文網之內抑絕俗之道擴虛說之迹臣故  
韜隱逸而赴王庭藏養生而侍朱闕矣亦由  
尊上好道且復欲徇得威儀也曾隨師之主  
履行比至朱陵扶桑之關溥海冥夜之丘純  
陽之陵始青之下月宮之間內遊七丘中旋  
十洲踐赤縣而遊五嶽行陂澤而息名山巨  
自少及今周流六天涉歷八極於是矣未若  
陵靈之子聽真之官上下九天洞視百方址  
極鉤陳而并華蓋南翔太丹而柶火夏東之

通陽之霞西薄寒亮之野日月所不連星漢  
所不與其上無復物其下無復底臣之所識  
如愧不足以酬廣矣

相洲

相洲近在東海之中地方五百里去西岸七  
萬里上有不死之草草形如菰苗長三四尺  
人死者以草覆之皆當時活也服之令人長  
生昔秦始皇苑中多枉死者橫道有鳥如高  
狀啣此草覆死人面當起坐而自活也有司  
聞奏始皇遣使者齋草以問北郭鬼谷先生  
鬼谷先生云臣嘗聞東海相洲上有不死之  
草生瓊田內或名為養神芝其葉似菰苗叢  
生一株可活一人始皇於是慨然言曰可採  
得之不乃使使者徐福發童男童女各三百  
人率載樓船等入海尋相洲遂不返福道士  
也字君房後亦得道

瀛洲

瀛洲在東大海中地方四千里大抵是對會稽郡去西岸七十萬里上生神芝仙草又有玉石高且千丈出泉如酒味名之為玉醴泉

飲之數升輒醉令人長生洲上多仙家風俗似吳中山川如中國也

玄洲

玄洲在北海之中戌亥之地地方七千二百里去南岸三十六萬里有太玄都仙伯真公所治多丘山又有風山多風氣響雷對天西北門上多太玄仙官官室各異饒金石紫芝又是三天所治之處

炎洲

炎洲在南海中地方二千里云北岸九萬里上有風生獸似豹青色大如狸張網取之積薪數車以燒之薪盡而獸不燼灰中而立毛亦不燼斫刺不入打之如皮囊即以鐵鎚鉞其頭數千下乃死而張口向風須臾復活以石上莖蒲塞其鼻即死取其腦和菊花服之盡十斤得壽五百年又有火林山山中有火光獸大如鼠毛長三四寸或赤或白山可三百里許晦夜嘗見此山林乃是此獸光照狀如火光相似取其獸毛以緝為布時人號為火浣布也國人衣服之若有垢汙以及汁浣

之終不潔淨唯以火燒兩食久振擺之其垢自落潔白如雪亦多仙家居處

長洲

長洲一名青丘在南海辰巳之地地方五千里去岸二十萬里上饒山川又多大樹樹乃有二千圍者一洲之上專是林木故一名青丘天有仙草靈藥甘露王英又有風山山恒震聲有紫府官天真仙女遊於此地

元洲

元洲在北海中地方三千里去南岸十萬里上有五芝玄澗澗水如蜜漿飲之長生與天地相畢服此五芝亦得長生不死上多仙家

流洲

流洲在北海中地方三千里去東岸十九萬里上多山川積石名為昆吾治其石成鐵作劍光明洞照如水精狀割玉如泥亦多仙家

生洲

生洲在東海丑寅之間接蓬萊七十萬里地方二千五百里去西岸二十三萬里上有仙家數萬天氣安和芝草常生地無寒暑安養

萬物亦多山川仙草泉芝一洲之水味如飴酪至良洲者也

鳳麟洲

鳳麟洲在北海之中地方一千五百里洲四面弱水繞之鴻毛不浮不可越也洲上多鳳麟數萬各各為群又有山川池澤及神藥百種亦多仙家煮鳳喙及麟角合煎作膠名之為續弦膠或名連金泥此膠能續弓弩已斷之弦連刀劍斷折之金更以膠連續之處使力士掣之他處乃斷所續之際終無所損也天漢三年帝幸北海祠恒山四月西國王使至獻靈膠四兩及吉光毛裘武帝受以付外庫不知膠裘二物之妙用也以為西國雖遠而上貢者不奇稽留使者未遠久之武帝幸華林園射虎而弩弦斷使者從駕又上膠一分使口濡以續弩弦帝驚曰異物也乃使武士數人共對掣引終日不脫如未續時其膠色青如碧玉吉光毛裘黃色蓋神馬之類也窺入水數日不濡入火不燒帝於是乃悟尊謝使者而遣去又蓋恩方朔之遠見周穆王

時西胡獻昆吾刀及夜光常滿盃刀長一尺  
盃受三升刀切玉如切泥盃是白玉之精光  
明照夜宜夕出盃於中庭以向天比明而水  
以滿盃中汁甘而香美斯實靈人之器秦始  
至時西胡獻切玉刀無復常滿盃耳如此膠  
之所出從鳳麟洲來劍之所出從流洲來並  
是西海中所有也

乘窟洲

乘窟洲在西海中申未地地方三千里北接  
崑崙二十六萬里去東岸二十四萬里上多  
神仙靈官第比門不可勝數及有獅子辟  
邪擊齒天鹿長牙銅頭鐵額之獸洲上有大  
山形似人鳥之象因名之為人鳥山山專多  
大樹與楓木相類而林芳葉香聞數百里此  
為反魂樹亦能自作聲如群牛吼聞之者皆  
心振神駭伐其木根置於玉釜中煮取汁更  
微火煎如黑錫狀令可丸之名曰驚精香或  
名之為振靈丸或名之為返生香或名之為  
振檀香或名之為人鳥精或名之為却死香  
一種六名斯靈物也香氣聞數百里死者在

地聞香氣乃却活不復亡也以香薰死人更  
加神驗如此之後延和三年武帝幸安定西  
胡月支國王遣使獻香四兩大如雀卵黑如  
桑椹帝以其非中國所有以付外庫又獻猛  
獸一頭形如五六十日犬子大似狸而色黃  
命國使以呈帝帝見使者抱之其以羸細禿  
悴怪其貢之非也問使者此小物可弄何謂  
猛獸使者對曰夫威加於百禽者不必計之  
以大小是以神麟故為巨象之王鸞鳳必為  
大鷲之宗百足之蟲制於騰亦不在於巨細  
也臣國云此三十萬里國有常占東風入律  
百旬不休青雲千呂連月不散者當知中國  
將有好道之君我王固將賤儒墨而貴道德  
薄金玉而厚靈物也故搜奇羅貢神香步天  
林而請猛獸乘堯車而濟弱淵策驥足以度  
飛沙契關遠達幸苦踰路于今已十三年矣  
香神起煇燄之死疾猛獸却百邪之魔鬼夫  
此二物實是養生之要助政平化豈國陸下  
反不知真乎是臣國占風之謬矣今日仰鑒  
天姿亦乃非有道之君也服多視則淫色口

多言則犯難身多動則淫賊心多飾則奢侈  
未有用此四者而成天下之治也武帝忿然  
不平又問使者猛獸何方而伏百禽食噉何  
物督力何比其所生何鄉耶使者曰猛獸所  
出或出崑崙或生玄圃或生聚窟或生天露  
其壽不實食氣飲露解人言語仁惠忠恕當  
其仁也愛護蠢動不犯虎豹以下當其威也  
一聲叫發千人伏息牛馬恐駭驚斷絕擊武  
士奄忽失其勢力當其神也立興風雲吐漱  
雨靈百邪迸走蛟龍騰蛇附處於太上之殿  
役御獅子名曰猛獸蓋神化無常能為大禽  
之宗主乃覆天之元王辟邪之長獸者也靈  
香即雖少斯更生之神物也疫病災死者將  
能起之乃聞香氣者即活也芳又特甚故難  
歌也於是帝使使者令猛獸發聲試聽之使  
者乃指獸命發一聲獸試層良久忽叫如天  
大雷聲震震支兩日碾碾交光精氣衝天良  
久方止帝登時踏蹶掩耳振動不能自止時  
衝者武士虎負俱失伏地諧內外牛馬犬  
豕之屬皆絕絆離驚駭放蕩久許而定帝

忌之因此獸付上林苑令虎食之於是虎  
闕獸來乃相屈聚積如死虎伏獸入苑徑上  
虎頭溺虎口去十步已來顧視虎虎輒閉目  
帝恨使者言不遜欲收之明日失使者及猛  
獸所在遣四出尋討不知所止到後元封元  
年長安城內病者數千百亡者太半帝試取  
月支神香燒之於城內其死未三日者皆活  
芳氣經三月不歇於是信知其神物也乃更  
祕錄者復一旦又失之檢函封印如初無復  
香也帝適懊恨不禮待於使者益責方朔之  
遺語自愧求李少君之不懃慙衛叔卿之復  
去向使厚待使者必有所益也

滄海島在北海中地方三千里海四面繞島  
各五千里水皆滄色仙人謂之滄海者也島  
上專是大山積石有名石象八石石腦石桂  
英流月黃子石膽之輩百餘種皆生於島服  
之神仙外別有圓海繞山圓水色正黑謂之  
滄海無風而洪波百丈不可得柱上有九老  
丈人九天真王蓋太上真人之所居唯飛仙  
能到其處耳

三島

崑崙

崑崙一號曰崑崙在西北海成地北海之亥地  
地方一萬里去岸十三萬里又有弱水周迴  
繞市山東南接積石國西北接北戶之室東  
北臨大活之井西南至承淵之谷此四角大  
山寔崑崙之支輔也積石圍南頭是王母宮  
王母告周穆王云山去咸陽三十六萬里山  
高平地三萬六千里上有三角山方廣萬里  
形如偃盆下狹上廣故曰崑崙山三角其一  
角千辰之輝名曰閼風巖其一角正西名玄  
圃堂其一角正東名崑崙宮其一角有積金  
焉天墉城西方千里城上安金臺五所玉樓  
十二所其北戶山承淵山入有墉城金臺玉  
樓相映如流精之關光碧之堂瓊華之室紫  
翠丹房景雲燭日朱霞九光西王母之所治  
也真仙仙靈之所宗上通瓊璣元氣流布五  
常玉衡理九天而調陰陽品物群生希奇特  
出皆在於此天人濟濟不可具記此乃天地  
之根紐萬度之綱柄矣是以太上名山鼎於

五方鎮地理也號柱於瑛城象網輪也諸  
百川極深水靈居之其陰難到故治無常處  
非如丘陵而可得論爾乃天地設位物象之  
宜上聖觀方緣形而著爾乃處玄風於西極  
坐王母於坤鄉昆吾鎮在於流澤扶桑植於  
碧津離合火精而光獸生於炎野坎惣東陰  
是以仙都宅於海島民位名山蓬山鎮於寅  
丑巽體元女養巨木於長洲高風鼓於群龍  
之位暢靈符於瓊丘至妙玄深幽神難盡測  
真人隱宅靈仙所在六合之內豈唯數處而  
已哉此蓋舉其標末耳臣朔所見不博未能  
宣通王母及上元夫人聖旨昔曾聞之於得  
道者說此十洲大丘靈阜皆是真仙隕墟神  
官所治其餘山川萬端並無觀者矣其北海  
外又有鍾山在北海之子地隔弱水之北一  
萬九千里高一萬三千里上方七千里周旋  
三萬里自生千芝及神草四十餘種上有金  
臺玉闕亦元氣之所舍天帝若治處也鍾山  
之南有平邪山北有蛟龍山西有邽草山東  
有東木山四山鍾山之柱幹也四山高鍾山

三萬里宮城五所如一登四面山下望見鍾山耳四面山帝君之城域也又仙人出入道徑自一路從平邪山東南入穴中乃至內長生島中紫石室宮九老仙都治處仙官數萬衆記之

方丈扶桑附

方丈洲在東海中心西南東北岸正等方丈面各五千里上專是面龍所聚者金玉珊瑚之宮三天司命所治之處群仙若欲升天者往來此洲受太上玄生籙仙家數十萬瓊田芝草謀計項畝如種稻狀亦有石泉上有九原文人宮主領天下水神及龍蛇巨鯨陰精水獸之輩

扶桑在東海之東岸一萬里復得碧海廣狹浩汗與合東海等大碧水既不鹹苦正作碧色甘香味美扶桑在碧海之中地方萬里上有太上帝太真王父所治處地多林木葉皆如桑又有椹子樹長者數千丈徑三千餘圍樹兩兩同根偶生更相依倚是以名扶桑仙人食其椹而一體皆作金色飛翔玄虛其

樹雖大其葉及椹如中夏桑也但椹希而赤九千歲一生實耳味絕甘香地生紫金丸正如諸夏之瓦石真仙官變化萬端蓋無形有分形為百身十丈者

蓬丘

蓬丘蓬萊山是也對東海之東北岸周迴五千里北到鍾山北阿門外乃天帝君總九天之維貴無比焉山源周迴具有四城其中高山當心有似於崐崙也昔禹治洪水既畢乃乘驕車度弱水而到此山祠上帝於北阿歸大功於九天又禹經諸五嶽使工刻石識其里數高下其字科斗書非漢人所曉今丈尺里數皆禹時書也不但刻劃五嶽諸名山亦然其所刻之處獨高耳今書是臣朔所見見其王母所道諸靈數焉所不履唯書中夏之名山耳臣先師谷希子者太上真官也昔授巨崐崙鍾山蓬萊山及神州真形圖書來入漢留以寄所知故人此書又充重於五嶽真形圖書也傳受年限正同耳陛下好道思微甄心內向天專下降並受傳寶祕臣朔區

區亦何嫌惜而不上所有哉然術家幽事道法隱祕某師云師術泄則事多疑師顯則妙理散頓且勿宣臣之寓意也武帝欣聞至說明年遂復從受諸真形圖書常帶之則候八節常朝拜靈書求脫展焉朔謂滑稽都虛其心故弄為乘微公侯不可得而師友不可得而喜怒故武帝不能盡至理於此人矣

雲笈七籤卷之二十六

雲笈七籤卷之二十七

卷七

雲笈七籤卷之二十七

洞天福地

天地官府圖 井序

錄青元洞天真一先生司馬景微集

夫道本虛無因恍惚而有物氣元冲始乘運化而分形精象玄著列宮闕於清景幽質潛疑開洞府於名山元皇先乎象帝獨化卓然真宰湛爾冥寂感而通焉故得瓊簡紫文方傳代學琅函丹訣下濟淳生誠志攸動則神仙應而可接修鍊克著則龍鶴昇而有期至於天洞區陟高卑乃真真靈班級上下不同又日月星斗各有諸帝並懸景位式辨奔翔所以披纂經文據立圖象方知兆朕庶覲希夷則臨目內思馳心有詣端形外謁望景無差乃名曰天地官府圖其天元重疊氣象參差山洞崇幽風煙迅速以茲縑素難具丹青各書之於文撰圖經二卷真經所載者此之略備仙官不言者蓋闕而未詳

十大洞天

太上曰十大洞天者處大地名山之間是上天遣群仙統治之所

第一王屋山洞

周迴萬里號曰小有清虛之天在洛陽河陽兩界去王屋縣六十里屬西城王君治

之

第二委羽山洞

周迴萬里號曰大有空明之天在台州黃巖縣去縣三十里青童君治之

第三西城山洞

周迴三千里號曰太玄惣真之天未詳在所登真隱訣云疑終南太一山是屬上宰王君治之

第四西玄山洞

周迴三千里號三元極真洞天恐非人跡所及莫知其所在

第五青城山洞

周迴二千里名曰寶仙九室之洞天在蜀州青城縣屬青城丈人治之

第六赤城山洞

周迴三百里名曰上清玉平之洞天在台州唐興縣屬玄洲仙伯治之

第七羅浮山洞

周迴五百里名曰朱明輝真之洞天在福州博羅縣屬青精先生治之

第八句曲山洞

周迴一百五十里名曰金壇華陽之洞天在潤州句容縣屬紫陽真人治之

第九林屋山洞

周迴四百里號曰元神幽虛之洞天在洞庭湖口屬北嶽真人治之

第十括蒼山洞

周迴三百里號曰成德隱玄之洞天在處州樂安縣屬北海公涓子治之

三十六小洞天

太上曰其次三十六小洞天在諸名山中亦上仙所統治之處也

第一霍桐山洞

周迴三千里名霍林洞天在福州長溪縣屬仙人王緯玄治之



第二東嶽太山洞

周迴一千里名曰蓬玄洞天在兗州乾封

縣屬山園公子治之

第三南嶽衡山洞

周迴七百里名曰朱陵洞天在衡州衡山

縣仙人石長生治之

第四西嶽華山洞

周迴三百里名曰惣仙洞天在華州華陰

縣真人惠車子主之

第五北嶽常山洞

周迴三千里號曰惣玄洞天在恒州常山

由陽縣真人鄭子真治之

第六中嶽嵩山洞

周迴三千里名曰司馬洞天在東都登封

縣仙人鄧雲山治之

第七峨嵋山洞

周迴三百里名曰虛陵洞天在嘉州峨嵋

縣真人唐覽治之

第八廬山洞

周迴一百八十里名曰洞靈真天在江州

德安縣真人周正時治之

第九四明山洞

周迴一百八十里名曰丹山赤水天在越

州上虞縣真人刁道林治之

第十會稽山洞

周迴三百五十里名曰極玄大元天在越

州山陰縣鏡湖中仙人郭華治之

第十一太白山洞

周迴五百里名曰玄德洞天在京兆府長

安縣連終南山仙人張季連治之

第十二西山洞

周迴三百里名曰天柱寶極玄天在洪州

南昌縣真人唐公成治之

第十三小瀉山洞

周迴三百里名曰好生玄上天在潭州澧

陵縣仙人花丘林治之

第十四滿山洞

周迴八十里名曰天柱司玄天在舒州懷

寧縣仙人復丘子治之

第十五鬼谷山洞

周迴七十里名曰貴玄司真天在信州貴

第十六武夷山洞

周迴一百二十里名曰真昇化玄天在建

州建陽縣真人劉少公治之

第十七玉筍山洞

周迴一百二十里名曰太玄法樂天在吉

州永新縣真人梁伯鸞主之

第十八華蓋山洞

周迴四十里名曰容成大玉天在温州永

嘉縣仙人羊公修治之

第十九蓋竹山洞

周迴八十里名曰長權寶光天在台州黃

巖縣屬仙人蕭丘子治之

第二十都嶠山洞

周迴一百八十里名曰寶玄洞天在容州

普寧縣仙人劉根治之

第二十一白石山洞

周迴七十里名曰秀樂長真天在嶺州

南海之南也又云和州合山縣是白真人

治之

第二十二岫嶠山洞

周迴四十里名曰玉關竇圭天在容州北

流縣屬仙人餞真人治之

第二十三九疑山洞

周迴三十里名曰朝真太虛天在道州延

唐縣仙人嚴真青治之

第二十四洞陽山洞

周迴一百五十里名曰洞陽隱觀天在潭

州長沙縣劉真人治之

第二十五幕阜山洞

周迴一百八十里名曰玄真太元天在鄂

州唐年縣屬陳真人治之

第二十六大酉山洞

周迴一百里名曰大酉華妙天去辰州七

十里尹真人治之

第二十七金庭山洞

周迴三百里名曰金庭崇妙天在越州剡

縣屬趙仙伯治之

第二十八麻姑山洞

周迴一百五十里名曰丹霞天在撫州南

城縣屬王真人治之

第二十九仙都山洞

周迴三百里名曰仙都祈仙天在處州縉

雲縣屬趙真人治之

第三十青田山洞

周迴四十五里名曰青田大鶴天在處州

青田縣屬傅真人治之

第三十一鍾山洞

周迴一百里名曰朱日太生天在潤州上

元縣屬龔真人治之

第三十二良常山洞

周迴三十里名良常放命洞天在潤州句

容縣屬李真人治之

第三十三紫蓋山洞

周迴八十里名紫玄洞照天在荊州常陽

縣屬公羽真人治之

第三十四天目山洞

周迴一百里名曰天蓋縣玄天在杭州餘

杭縣屬姜真人治之

第三十五桃源山洞

周迴七十里名曰白馬玄先天在吉州武

陵縣屬謝真人治之

第三十六金華山洞

周迴五十里名曰金華洞元天在婺州金

華縣屬戴真人治之

七十二福地

太上曰其次七十二福地在大地名山之間

上帝命真人治之其間多得道之所

第一地肺山

在江寧府句容縣界昔陶隱居幽栖之處

真人謝允治之

第二蓋竹山

在衢州仙都縣真人施存治之

第三仙磴山

在温州梁城縣十五里近白溪草市真人

張重華治之

第四東仙源

在台州黃巖縣屬地仙劉奉林治之

第五西仙源

亦在台州黃巖縣嶠嶺一百二十里屬地仙張杞期治之

第六南田山

在東海東舟船往來可到屬劉真人治之

第七玉溜山

在東海近蓬萊島上多真仙居之屬地仙許邁治之

第八清嶼山

在東海之西與扶桑相接真人劉子光治之

第九郁木洞

在玉笥山南是蕭子雲侍郎隱處至全陰而猶聞絲竹之音往往樵人過之屬地仙赤魯班主之

第十丹霞洞

在麻姑山是蔡經真人得道之處至今兩夜多聞鐘磬之聲屬蔡真人治之

第十一君山

在洞庭青草湖中屬地仙侯生所治

第十二大若巖

在温州永嘉縣東一百二十里屬地仙李方回治之

第十三焦源

在建州建陽縣北是尹真人隱處

第十四靈墟

在台州唐興縣北是白雲先生隱處

第十五沃洲

在越州剡縣南屬真人方明所治之

第十六天姥峯

在剡縣南屬真人魏顯仁治之

第十七若耶溪

在越州會稽縣南屬真人山世遠所治之

第十八金庭山

在廬州巢縣別名紫微山屬馬仙人治之

第十九清遠山

在廣州清遠縣屬真人治之

第二十安山

在交州北安期先生隱處屬先生治之

第二十一馬嶺山

在柳州郭內水東蘇耽隱處屬真人力牧

主之

第二十二純羊山

在潭州長沙縣要駕先生所隱處

第二十三洞真墟

在潭州長沙縣西嶽真人韓終所治之處

第二十四青玉壇

在南嶽祝融峯西青鳥公治之

第二十五光天壇

在衡嶽西涿頭鳳真人所治之處

第二十六洞靈源

在南嶽招仙觀觀西鄧先生所隱地也

第二十七洞官山

在建州閩隸鎮五嶺里黃山公主之

第二十八陶山

在溫州安國縣陶先生曾隱居此處

第二十九三皇弁

在溫州橫陽縣真人鮑察所治處

第三十爛柯山

在衢州信安縣王質先生隱處

第三十一勒溪

在連州連陽縣東是孔子遺魂之所  
第三十二龍虎山

在信州貴溪縣仙人張巨君主之

第三十三靈山

在信州上饒縣社墨真人治之

第三十四泉源

在羅浮山中仙人華子期治之

第三十五金精山

在虔州虔化縣仇季子治之

第三十六閻皂山

在吉州新淦縣郭真人所治處

第三十七始豐山

在洪州豐城縣尹真人所治之地

第三十八道遠山

在洪州南昌縣徐真人治之地

第三十九東白源

在洪州新吳縣東劉仙人所治之地

第四十鉢池山

在蓬州王喬得道之處

第四十一論山

在潤州丹徒縣是終真人治之  
第四十二毛公壇

在蘇州長洲縣屬莊仙人修道之所

第四十三雞籠山

在和州歷陽縣屬郭真人治之

第四十四桐栢山

在唐州桐栢縣屬李仙君所治之處

第四十五平都山

在忠州是陰真人上升之處

第四十六綠蘿山

在朗州武陵縣接桃源界

第四十七虎溪山

在江州南彭澤縣是五柳先生隱處

第四十八彰龍山

在潭州澧陵縣北屬臧先生治之

第四十九抱福山

在連州連山縣屬范真人所治處

第五十大面山

在益州成都縣屬仙人栢成子治之

第五十一元晨山

在江州都昌縣孫真人安期生治之  
第五十二馬蹄山

在饒州鄱陽縣真人于州所治之處

第五十三德山

在朗州武陵縣仙人張巨君治之

第五十四高溪藍水山

在雍州藍田縣並太上所遊處

第五十五藍水

在西都藍田縣屬地仙張兆期所治之處

第五十六王峯

在西都京兆縣屬仙人栢戶治之

第五十七天柱山

在杭州於潛縣屬地仙王伯元治之

第五十八高谷山

在廬州是四皓仙人隱處

第五十九諶公洞

在常州宜興縣真人康桑治之

第六十司馬梅山

在台州天台山北是李明仙人所治處

第六十一長在山

在齊州長山縣是毛真人治之

第六十二中條山

在河中府虞鄉縣管是趙仙人治處

第六十三菱湖魚澄洞

在西古魏州始皇先生曾隱此處

第六十四綿竹山

在漢州綿竹縣是瓊華夫人治之

第六十五瀘水

在西梁州是仙人安公治之

第六十六甘山

在黔南是竇真人治處

第六十七琨山

在漢州是赤須先生治之

第六十八金城山

在古限戍又云石戍是石真人所治之處

第六十九雲山

在邵州武剛縣屬仙人盧生治之

第七十北印山

在東都洛陽縣屬魏真人治之

第七十一廬山

在福州連江縣屬謝真人治之

第七十二東海山

在海州東二十五里屬王真人治之

雲笈七籤卷之二十七

雲笈七籤卷之二十八

發

二十八治

二十四治并序

宋劉宗素先生有注

謹接張天師二十四治圖云太上以漢安二年正月七日中時下二十四治上八治中八治下八治應天二十四氣合二十八宿付天師張道陵奉行布化張天師沛國豐縣人也諱道陵字輔漢稟性嚴直經明行修學道有方永平二年漢帝詔書就拜巴郡江州令以延和元年三月十日辛丑詔書拜為司空封食蕪縣侯以芝草圖經歷神仙為事任採延年藥餌金液丹以漢安元年丁丑詔書遷改不拜遂解官入益州郡界以其年於蜀郡臨邛縣築亭山赤石城中靜思精至五月一日夜半時有千乘萬騎來下至赤石城前金車羽蓋步從龍虎鬼兵不可稱數有五人一人自言吾是周時柱下史也一人自言吾是新出太上老君也一人云吾是太上高皇帝中黃真君也一人自言吾是漢師張良子房也一

人言吾是佐漢子淵天師外祖也子骨法合道當承老君忠臣之後今授子鬼號傳世子孫為國師撫民無期於是道陵方觀受太上質初當步綱躡紀統承三天佐國扶命養育群生整理鬼氣傳為國師依其度數開立二十四治十九靜廬授以正一盟威之道伐誅邪偽與天下萬神分付為盟悉承正一之道也

上皇元年七月七日無上大道老居所立上品治八品訣要掌中伏虧造天地五龍布山嶽老君立位治以用化流愚俗學者不得貪競欲仙道克成可傳之與質朴也

### 第一陽平治

治在蜀郡彭州九隴縣去成都一百八十里道由羅江水兩岐山口入水路四十里治道東有龍門拒守神水二栢生其上西南有大泉決水歸東治應角宿貴人發之治王始終嗣師天師子也諱衛守靈真為人廣智志節高亮隱習仙業漢孝靈帝徵為郎中不就以光和二年正月十五日已

已於山昇仙立治碑一雙在門名曰嗣師治也

陽平謫仙妻不知其姓名九隴居人張守珪家甚富有茶園在陽平化仙居內每歲召採茶人力百餘輩男女傭工雜之園中有一少年僇為摘茶自言無親族性甚了慧懇慮守珪憐之以為義兒又一女子二十餘亦無親族願為義兒之婦孝義端恪守珪甚善之一旦山水泛溢市井路絕鹽酪既關守珪甚憂新婦曰此可買耳取錢出門十數步置錢樹下以杖扣樹得鹽酪而歸後或有所要但令扣樹取之無不得者其天術亦如此因與隣婦十數人於壩口市相遇為買酒一椀與眾婦飲之皆醉而枕中酒不減遠近傳說人皆異之守珪請問其術受於何人少年曰我陽平洞中仙人耳因有小過請於人間不久當去守珪曰洞府大小與人間城關相類否各曰二十四化各有一大洞或方千里五百三百里其中皆有日月飛精謂之伏神之根

下照洞中與世間無異其中皆有仙王仙官仙卿輔相佐之如世之職司有得道之人及積功還神反生之者皆居其中以為民庶每年三元大節諸天有上真下遊洞天以觀其所理善惡人世死生與廢水草風雨預關於洞中焉其龍神祠廟虫食之司皆為洞府所統也二十四化之外其青城峨嵋益登慈母紫陽峭窠亦各有洞天不在十大洞天三十六小洞天之數洞之仙曹如人間郡縣聚落耳不可一一詳記之也旬日之間忽然夫婦俱去

右陽平治山山中有主簿治嗣師治係

### 師治

### 第二鹿堂山治

治在漢州綿竹縣界北鄉去成都三百里上有仙室仙臺古人度世之處昔永壽元年太上老君將張天師於此治上與四鎮太歲大將軍川廟百鬼共折石為要皆從正一盟威之道山有栢栢五龍仙穴能通船梁持火入穴三日不盡治應左窟號長

發之治王八十年

第三鶴鳴神山上治

治在其上山與青城天國山相連去成都二百里在蜀郡臨邛縣界徑道三百里世人不知之馬底子何丹陽得道處治前三水共成一帶神龍居之有四金釘二石金銀蠶三斛亦言尹喜王之治應氏宿賤人發之治王六十年神仙傳云張天師遇中國紛亂乃入蜀鶴鳴山學道也

第四瀉沅山治

治在彭州九隴縣界與鹿堂山治相連其間八十里去成都二百五十里有果松神草服之升仙又有四龍起騎之門范蠡王之治應房宿庶人發之治王二十年

第五葛瓊山治

治在彭州九隴縣界與瀉沅山相連去成都縣二百三十里去陽平治水口四十八里昔賢於此得道上有松栗山高六百丈治應心宿道人發之治王九十年南康王太尉中書令韋公暉為成都尹相國張公

之愛增而量深器大舉止簡傲不狎於俗張公雲世相家德望清貴舉族皆輕侮於韋以此見薄亦未之悟也忽夢二神人謂之曰天下諸化領世人名籍吾子名係葛瓊祿食全蜀富貴將及何自滯耶勉哉行矣異日當富貴無以葛瓊為忘也由是韋有干祿之志謀於其室家復勉勵之以枉齋數十萬金資其行計既達秦川屬歲饑久雨因知友所聘署隴州軍事判官俄而駕出奉天郡守奔難行在韋率上客甲士

饋饒軍儲以申扈衛以功就拜防禦使復請赴觀行朝德宗望而器之既平寇難大駕還京以功檢校右僕射鳳翔節度使懇讓乞改西川乃授西川節度與張公交代高擁師赴任張假道歸闕以避其鋒既而累年蜀境大穰金帛豐積南詔內附乞為

臣妾威名益重而貢賦不虧朝廷倚注戎蠻懾伏由是請許南詔置習讀院入質子學生習詩書禮樂公文翰之美冠於一時南詔得其手筆刻石以榮其國而葛瓊之

事久已忘矣又夢二神人曰富貴而忘所因其何甚耶公夢覺流汗驚駭久之乃躬詣雲林炷香禱福遂命工度木按日修崇作南宮飛閣四十間巨殿修廊重門達宇範金刻石知無不為支九隴租賦於山下阿屯輪貯糗糧山積石雲起自製碑刊于洞門之側上構層樓揀選僅七十人以供洒掃良田五百畝以贍齋儲在鎮二十餘年封至王爵矣即本命丁卯屬葛瓊化也

第六庚除治

山去平地三百九十丈在廣漢郡綿竹縣西去縣五里去成都二百八十里上常有仙人來往可以度毛養性昔張力得道之處山有二石室三龍頭淮水遠之治應尾宿當道士發之治王始終

第七秦中治

主神仙在廣漢郡德陽縣東九里去成都二百里其山浮首韓來於其上得仙前有大水東有道德徑於漢洛治面有大石銅為

誌治應箕宿彌人發之治王始終

第八真多治

山在懷安軍金堂縣去成都一百五十里  
山有芝草神藥得服之令人壽千歲山高  
二百八十丈前有池水水中神魚五頭昔  
王方平於此與太上老君相見治應斗宿  
女人發之治王七十年  
無極元年十月五日真正無極太上立治中  
八品氣要訣在掌中

第一昌利治

山在懷安軍金堂縣東四十里去成都一  
百五十里昔蜀郡李八伯初學道處八伯  
唐公房之師也遊行蜀中諸名山常自出  
感於成都市暮宿於青城山上故號為八  
伯也其山南有一石室容八十八人前有三  
龍門為誌治應牛宿狂惑人發之治王五  
百年

第二錄上治山李子先生學道飛仙治在廣

漢郡德陽縣東二十里山有二石室有一  
神井白鹿白鶴白鳩時來飲之有石在治

前與綿母治相連西有赤石溪上有三松  
為誌山去平地二十九百丈昔中山衛叔  
卿於此得道治應女宿貧賤人發之治王  
百年

第三涌泉山神治

昔唐漢馬明生學道得仙太上老君至此  
化形住此治在遂寧郡小漢縣界上有泉  
水治萬民病飲之無不差愈傳世為說水  
治去成都二百里有懸崖百丈近綿水猴  
猿百鳥來在其間治應虛宿野人發之治  
王三十年其山小而高四向有遊道

第四稠稜治

在犍為郡新津縣去成都一百一十里汶  
山江水經焉山高去平地一千七百丈昔  
軒轅學道之處也治左右有連岡相續西  
北有味江水山亦有芝草仙藥可養性命  
治應危宿貴人發之治王五十年

第五壯平治

在眉州彭山縣去成都一百四十里山上  
有池水縱廣二百步中有神芝藥草食之

與天相久昔越人王子喬得仙治應室宿  
道師發之治王四十年一名科山治

第六本竹治

山在蜀州新津縣去成都一百二十五里  
山高一千三百丈上有一水有香林在治  
陌北有龍穴地道通峨嵋山上有松昔郭  
子聲得道之處也後有林竹西去十五里  
通鶴鳴山前水中常有神龍遊戲治應壁  
宿龍門吏人發之治王五百年

第七蒙秦治

山在越萬郡臺登縣西去城二十里去成  
都一千四百二十里治與越萬郡隔河水  
前有小山復有大山高一千丈昔伊尹於  
此山學道上有芝英金液草服之得度世  
後有漢中郡趙昇得道於此治應蒼宿凡  
人發之治王九十年

第八平蓋治

山在蜀州新津縣去成都八十里前山下  
有王人身長一丈三尺昔吳郡崔孝通於  
此山學道得飛仙山西有大江南有長山



北有平川中有龍門治應尊宿陰人發之  
治王千年

無上二年正月七日無為大道玄真立下八

品治氣要訣在掌中

第一雲臺山治

在巴西郡閬州蒼溪縣東二十里上山十八里方得山足去成都一千三百七十里張天師將弟子三百七十人住治上教化二年白日升天其後一年天師夫人復升天後三十年趙昇王長復得白日昇天治前有巴西大水山有一樹桃三年一花五年一實懸樹高七十丈下無底之谷唯趙昇乃自擲取得桃子餘者無能取之治應胃宿有人形師人發之治王五十年又云雲臺治山中有玉女乘白鶴仙人乘白鹿又有仙師來迎天師白日升天萬民盡見之一云此天柱山也在雲臺治前有立碑處

雲臺治中錄曰施存魯人夫子弟子學金丹之道三百年十鍊不成唯得變化之術

後遇張申為雲臺治官常懸一臺如五升器大變化為天地中有日月如世間夜宿其內自號壹天人謂曰壹公因之得道在治中

第二瀘口治

山在漢中郡江陽縣去成都二千九百二十里陳安世於此山上學道得仙安世京兆人也漢中水過其前山一名平元山西有長山東有流海帝王所住有青龍門治應鼻宿俗人發之治王五百年

第三後城山治

在漢州什邡縣昔姜子於此山上學仙得道左有大水後有重山山有神芝服之壽千歲一名黃陵山南有長山北有青龍東有松栢為誌治應鼻宿凡人發之治王

八十年

第四公墓治

在漢州什邡縣去治一百里昔蘇子於此山學道得仙一名北逢仙山南有石坎北有懸流水治應鼻宿病人發之治王七十

年

第五平岡治

山在蜀州新津縣去成都一百里昔蜀郡人李阿於此山學道得仙白日升天治應鼻宿道士發之治王二十年北有三重曹

漢南有特山為誌

第六王薄山治

在邛州蒲江縣界去成都一百五十里蜀郡人王興於此學道得仙一名秋長山南有石室玉堂松栢生其前治應鼻宿微人發之治王八十年

第七玉局治

在成都南門內以漢水壽元年正月七日太上老君乘白鹿張天師乘白鶴來至此坐局脚上煉即名玉局治也治應鬼宿千丈大人發之治王三世

第八北卯山治

在東都洛陽縣界水在治左務成丁於此得道大黃出東兗泉南流治應鼻宿仙聖發之治王六十年

玄都律第十六云治者性命魂之所屬也五

嶽名山圖云陽平治屬金屬角星鹿堂治

金元星鶴鳴治木火星治沅治土房星若

瓊治火心星庚除治火星秦中治水箕

星真多治金十星

右八治是上品並是後漢漢安元年太上

老君所立

昌利治土牛星隸上治火女星涌泉治水虛

星稠稷治火火星北平治金空星本竹治

木壁星蒙秦治火奎星平蓋治土星星

右八治是上品置如前云

雲臺治水木星星隘口治水昇星後城治土卑

星公慕治金肯星平岡治水參星主薄治

金井星玉局治水星北印治土柳星

右八治是下品置如前云

岡底治水星白石治金張星鍾茂治水翼

星具山治土粉星地圖云此四治在京師

東北

右此四治是張天師所加充前二十四治

合咸二十八治上應二十八宿

平公治屬水配東海治公慕治屬土配稠稷

治天台治屬土配木竹治瓊鄉治屬金配

昌利治樽領治屬金配黃臺治代元治屬

金配雲臺治和里治屬火配碑上治瀾沅

治屬金配昌利治

右是天師更加此八治以配八品周布四

海鎮國化人也

太真科下卷所說云第一別治有四者

第一具山治 第二鍾茂治 第三白石治

第四岡底治

右四品在外名別治於內名備治備治是

二十八也則與三八別也

第二遊治有八者

第一吉陽治 第二平都治 第三河逢治

第四慈母治 第五黃金治 第六太華治

第七青城治 第八峨嵋治

右八品是遊治也

第三配治有八者

第一代元治 第二樽領治 第三瓊鄉治

第四天台治 第五八慕治 第六平公治

第七利里治 第八瀾沅治

右八品是配治也

第四正治二十有四者

第一北印治 第二玉局治 第三主簿治

第四平岡治 第五公慕治 第六後城治

第七隘口治 第八雲臺治

右是下品八治也

第一平蓋治 第二蒙秦治 第三本竹治

第四稠稷治 第五北平治 第六湧泉治

第七隸上治 第八昌利治

右是上品八治也

第一真多治 第二秦中治 第三庚除治

第四葛瓊治 第五瀾沅治 第六鶴鳴治

第七鹿堂治 第八陽平治

右是上品八治也

第五星宿治二十有八名上治一名內治又

名大治又名正治是上皇元年七月七日無

上玄老太上帝道君所立上中下品

二十八宿要訣

第二兩宿上治無極虛元无形下治陽平山

第三无宿上治無極虛无自然下治鹿堂山  
第三臥宿上治無極玄元無為下治鶴鳴山

第四房宿上治虛白下治瀉沉山  
第五心宿上治洞白下治葛瓊山

第六尾宿上治三一一下治庚除山  
第七箕宿上治三元下治泰中山

第八斗宿上治三五下治真多山  
第九牛宿上治九天下治昌利山

第十女宿上治五城下治隸上山  
第十一虛宿上治元神下治陽泉山

第十二危宿上治丹田下治稠稷山  
第十三室宿上治常先下治北平山

第十四壁宿上治金梁下治本竹山  
第十五奎宿上治六府下治蒙泰山

第十六婁宿上治太一君下治平蓋山  
右中八品玄老治之

第十七胃宿上治五龍下治雲臺山  
右下八品太上治之

太上漢安二年正月七日中時二十四治上  
八中八下八以應二十四氣付天師張道陵

第十八昂宿上治隨天下治瀆口山  
第十九畢宿上治六丁下治後城山  
第二十觜宿上治十二辰下治公暮山  
第二十一參宿上治還身下治平岡山

第二十二井宿上治拘神下治主簿山  
第二十三鬼宿上治無形下治玉局山

第二十四柳宿上治聚元下治北印山  
右下八品太上治之

太上漢安二年正月七日中時二十四治上  
八中八下八以應二十四氣付天師張道陵

第二十五星宿上治別形下治罔氏山  
第二十六張宿上治保氣下治白石山

第二十七翼宿上治五玉下治鍾茂山  
第二十八軫宿上治金堂下治具山

天師以建安元年正月七日出下四治名備  
天師所立四治

天師以建安元年正月七日出下四治名備  
天師所立四治

天師以建安元年正月七日出下四治名備  
天師所立四治

治合前二十八宿也星宿治隨天立歷運設  
教劫劫有受命為天師者各各申明濟世度  
人以至太平太平君出更加有司隨其才德  
進位神仙  
天師以漢安元年七月七日立四治付嗣師

以備二十八宿  
第一罔辰治在蘭武山應星宿

第二白石治在玄極山應張宿  
第三具山治在飯陽山應翼宿  
第四鍾茂治在元東山應軫宿

天師以太元二年正月七日立八品遊治  
峨嵋治在蜀郡界青城治在蜀郡界黃金治

在蜀郡界太華治在京兆郡界慈母治在城  
市山界河邊治在上黨郡界平都治在巴郡

界吉陽治在蜀郡界  
系師者嗣師子也諱魯於陽平山得尸解仙  
道又立一治名系師治但嗣師治非主簿是

天師門下也又立一治令按玄都職治律第  
九云代元治平都治是巡遊治也是知峨嵋

治等亦是遊治

治等亦是遊治

雲笈七籤卷之二十九

稟生受命

稟受章

混元述稟篇曰夫人生於天地之間稟二氣之和冠萬物之首居最靈之位總五行之英參於三才與天地並德豈不貴乎內觀經云天地構精陰陽布化人受其生一月為胞精血凝也二月為胎形兆胚也三月陽神為三魂動以生也四月陰靈為七魄靜鎮形也五月五行分五藏以安神也六月六律定六府用滋靈也七月七精開竅通光明也八月八景神具降真靈也九月宮室羅布以定精也十月氣足萬象成也元和哺餉時不停也太一居腦總衆神也司命處心納生氣也桃康住臍保精根也無英居左制三魂也白元居右拘七魄也所以周身神不空也易繫辭曰乾道成男坤道成女是也

因緣經曰人始受身從虛無中來迴黃轉白攝氣凝精承天順地合化陰陽一月為胞

單天氣下決身中二月為胎無量壽天氣下決身中三月魄具須延天氣下決身中四月魄成寂然天氣下決身中五月生藏不驕樂天氣下決身中六月具六府化應聲天氣下決身中七月明竅梵輔天氣下決身中八月景附清明天氣下決身中九月神降無憂天氣下決身中天神一萬八千身神一萬八千共三萬六千神氣具足十月而生在胞之時三元養育九氣布化歲星為肝太白為肺鎮星為脾熒惑為心辰星為腎北斗七星開其七竅七星降七童子以衛其身七星之氣結為一星在人頭上去頂三尺人為善者其星光大而明為惡者其星暗冥而小善積則禍至惡積則災生星光墜滅其身死矣

生神章經曰人之受生於胞胎之中三元育養九氣結形九月神布氣滿能聲十月神具九天稱慶太一執符帝君品命主錄勒籍司命定算五帝監生聖母衛房天地神祇三界備守九天司馬在虛東向讀生神寶章九過男則萬神唱恭女則萬神唱奉男則司命敬

諾女則司命敬順於是而生九天司馬不下  
命章萬神不唱恭諾於不生也人得還生人  
道濯形太陽驚天駭地貴亦難稱天具地祇  
三界齊臨亦不輕也當生之時亦不為陋也  
若能愛其形保其神貴其氣固其根終不死  
壞而得神仙骨肉同飛上登三清與三氣合  
德九氣齊并反於此者自取死壞耳可不哀  
乎

真文經曰人之生也頭圓象天足方法地髮  
為星辰目為日月眉為北斗耳為柱稜口為  
江河齒為玉石四肢為四時五藏法五行與  
天地合其體與道德齊其生大矣貴矣善保  
之焉昔天真皇人於峨嵋山中告黃帝曰一  
人之身一國之象也宵腹之位猶官室也四  
肢之列猶邦境也骨節之分猶百官也神猶  
君也血猶民也能知治身則知治國矣夫愛  
其民所以安其國性其氣所以全其身民散  
則國亡氣竭則身死亡不可復存死不可復  
生至人清未生之息治未病之疾堅守之於  
無事之前不追之於既逝之後民難養而易

散氣難保而易失審威德者保其理割嗜欲  
者保其蒸得不動哉得不成哉

太上九丹上化胎精中記

九丹上化之文太微帝君受於三天玉童乃  
上化九轉迴精凝神解散紫胞結節之根還  
精補胎靈鍊窮腸內充外逸九竅鮮明鍊髓  
易骨節節納真其法高妙秘於九天金房玉  
室靈都之宮依四極明科萬劫一時自無玄  
名紫簡綠字上清不得參聞有犯靈禁伐以  
神兵靈修其道白日飛仙九天丈人告三天  
玉童曰天地交運二象含真陰陽降炁上應  
九玄流丹九轉結炁為精精化成神神變成人  
故人象天地氣法自然自然之氣皆九天  
之精化為人身舍胎養育九月氣盈九天氣  
普十月乃生其結胎受炁有吉有凶有壽有  
夭有短有長皆稟宿根結氣不純藏胃積滯  
六府敗傷形神不固體不受靈死氣入竅何  
由得存徒知修學不識此源今以相告一形  
之真隨生解結哺養百神體自生光內府鮮  
明神安官定萬蒸並仙子其秘之慎勿輕宣

凡人受生結九丹上化於胞胎之中法九天  
之氣氣滿神具便於胞囊之內自識其宿命  
知有本根轉輪因緣九天之氣化成其身既  
觀陽道開廣三光而自忘其所生所由之因  
爾者皆由胞根結滯盤固三關五府不理死  
氣塞門致靈關不發而忘其因緣也者靈真  
託化含鍊瓊胎暫經紫戶運履人道挺秀自  
然曜景觀靈便騰身九天非復結精受氣而  
為人也

凡人生稟九天之氣氣凝為精精化成丹丹  
變成人結胎含秀法則自然假令七月生則  
十月胎受波羅答起天之氣十一月生則受  
梵迦摩夷天之氣十二月生則受梵輔天之  
氣正月生則受化應聲天之氣二月生則受  
不驕樂天之氣三月生則受寂然天之氣四  
月生則受須延天之氣五月生則受上上禪  
善無量壽天之氣六月生則受鬱單無量天  
之氣  
凡人從十月結胎至於六月則受九天之氣  
已滿至七月合十月則天地氣盈受太陽之

運而生也

凡修學之家仰希神仙當知鍊身於九丹解結於五神引氣於本生滅煉於三關九鍊十變百節開明斷絕胞結乃知本真既知本真便成上仙學無此法三官不聽死氣不滅胃

不受靈氣離神遊赤子不歡官宅空廢邪魔入身所以百病從此而生死不盡命痛乎何言凡陽氣赤名曰玄丹陰氣黃名曰黃精陰陽交接二氣降精化神結胎上應九天天天之氣下布丹田與精合凝結會命門要須九

過是為九丹上化下凝以成於人一月受氣二月受靈三月含變四月凝精五月體首具六月化成形七月神位布八月九孔明九月天氣普乃有音聲十月司命勸籍受命而生故人稟九天之氣降陰陽之精名曰九丹合

成人身既得為人便應返其本真通理五藏解散胞根斷滅死氣自然成仙也

解胎十二結法

凡人生在胞胎之中皆稟九天之氣凝精以自成人也既生而胞中有十二結節盤固五

內五內滯闕結不可解節不可滅故人之病由於節滯也人之命絕由於結固也兆能解結於胞中十二結節則求死亦不得也

胞上部有四結一結在泥丸中二結在口中三結在頰中四結在目中欲解上部四結當以本命日平旦入室燒香向西北九拜朝九天元父叩齒九通三呼元父諱訖迴向東南三拜三呼九天玄母諱 還向本命平生

閉眼思元父身長九寸九分著玄黃素靈之綾頭戴七稱珠玉之幘無極進賢之冠居九天之上太極瓊宮玉寶之府丹靈洞元里中乘碧霞飛輿從十二飛龍二十四仙人從西北來下入我身中泥丸之境

次思玄母身長六寸六分著青寶神光錦繡霜羅九色之綾頭戴紫元玄黃寶冠居九炁無極之上瓊林七映丹房玉寶洞元之府九光輝上清里中乘紫雲飛精羽蓋從十二鳳凰三十六玉女從東南來下入甲身中治面洞房之內思父母化為青黃二氣宛轉相啗竟於頭面之上單叩齒九通微咒曰

甲受九靈之化結氣不純節滯盤固鎮塞靈門謹以本命上告高辰元玄父母下映我身八景青暉九天同真共解上部四結胞根迴靈鎮戶九孔結仙內胎鍊化九丹凝神聚青為赤二氣纏綿壽同三光永享億年畢咽氣八十一過止

又思靈單無量天王姓混諱霜霜靈衣九色無縫自然斑文之裘頭戴耀精日圓治天無央玄臺紫戶之內乘九麟瓊輪侍玉仙二十四人

次思上上禪善無量壽天王姓楔諱靈靈靈衣九色雲文之裘頭戴暉精月光治天王國朱林七寶瓊臺乘十二玄龜飛青羽蓋從上官太仙玉童三十二人

次思須延天王姓滓諱靈靈靈衣九色三法雲文之裘頭戴天元玉寶明冠治天玉京靈都宮乘九色飛鴻三素飛雲從素靈玉女一十四人  
次思三天真王共下我身頭面之上化為青紫黃三氣混沌如雲之首從口耳鼻孔之中

而入直市一面便仰祝曰

三天天王九玄靈仙為我上解頭面之關結

化九丹自然降精金門之上交合三真之雲

降流我身以成我神盡去死氣滅絕胞根靈

景鎮固素諸凶患結結得解節節納真安先

流布洞灌幽泉言名九天及胎化仙內充外

盈表裏成神神仰咽氣九過止

又思上部八景神童閉眼存腦神名覺元子

字道都形長一寸一分著白錦之衣頭戴三

梁寶冠髮神名玄文華字道衡形長二寸一

分衣玄雲錦衣頭戴無極進賢之冠皮膚神

名通衆仲字道連形長一寸五分衣黃錦飛

帚頭戴三氣寶天冠目神名虛監生字道童

形長三寸六分衣五色章衣頭戴通天之冠

頂隨神名靈護蓋字道周形長五寸衣白錦

素帚頭戴三梁寶冠神名益歷輔字道柱

形長三寸五分衣白玉柔衣頭戴玄元寶冠

鼻神名冲龍玉字道微形長二寸五分衣青

黃素錦飛帚頭戴遠遊之冠古神名始樑時

字道岐形長七寸著絳錦飛帚頭戴進賢之

冠八景都竟並如嬰兒之形一合在面部之

上各安其所乃叩齒八通微祝曰

上景一部八神合真結氣九丹化成我身千

乘萬騎如雲散煙降匝頭面施靈布神上解

結節中滅胞根下降固滯通理三關八景翼

體與靈同年帝君玄母曲迴高晨降我玉華

停我落鮮返容朱顏面化金仙變景速電運

造日門仰咽八氣都止便服上化九丹陽靈

之符

胞中部有四結一結在五藏中二結在太倉

中三結在大腸中四結在小腸中兆欲解中

部四結以本命之日正午時入室燒香向西

北九拜朝元父三呼元父諱轉東南三拜朝

玄母三呼玄母諱遠向行年上平坐叩齒九

通閉目思元父身長九寸九分著玄黃素靈

之綾頭戴七稱珠王之幘無極進賢之冠居

九天之上太極瓊宮玉寶之府丹靈卿洞元

里中乘碧霞飛輿從十二飛龍二十四仙人

從西北來下入其身中五藏之內

次又思玄母身長六寸六分著青寶神光錦

縹霜羅九色之綾頭戴紫元玄黃寶冠居九

氣無極之上瓊林七映丹房玉寶洞元之府

九光卿上清里中乘紫雲飛精羽蓋從十二

鳳凰三十六玉女從東南下來入我五藏之

中思父母化為青黃二氣混沌如日之圓映

照五藏光耀內外使仰祝曰

父靈母精二氣齊并九丹變化結胎紫瓊稟

景太微命統九靈帝君數神流真灌生五藏

結絡六府洞清胃管開聰九竅朗明宿節散

滅新胎更榮變景鍊髓冠帶九星三暉翼部

飛入帝庭畢咽四十五氣上

又思寂然天王姓津諱霽靈衣七色龍文道

光之裘頭戴陰精夜光治天朱宮瓊臺之上

乘八景飛輪從玉仙十二人

次思不驕樂天王姓凝諱霜霍靈衣九色飛

霜雲文斑髮頭戴青華虛星玄精治天元宮

映丹之房九層玉臺乘白鹿丹霞之輿從上

宮玉仙三十六人

次思化應聲天王姓羅諱霖靈衣九色流光

耀雲錦裘頭戴白先太白精治天瓊林上宮

朱映之房乘飛鳳遊霄紫輪從太真玉仙三十六人思三天真玉共下入我身五藏之內化為赤白皂三色之炁混沌如雲之煙從心孔而入直布五內便微祝曰

九丹凝靈三氣結經玄真充降內外明鮮太倉開通腸胃結仙斷臍節並散除宿根三合咸契九化凝神迴精玉胞以成我身九色玄黃流精灌津盪洗積滯內無滓塵華條合秀種植靈根孔孔洞朗即即冷然骨化景飛上升紫天畢仰咽九氣止

又思中部八景神童閉目存呼映神名百流故字道道形長八寸八分著九色章衣戴平天紫履之冠肺神名素靈生字道平形長八寸一分著白錦飛雲之衣頭戴九元寶冠心神名煥陽昌字道名形長九寸著綠章單衣頭戴玉宸寶天冠肝神名開若童字道青形長七寸衣飛青羽帶頭戴三梁之冠膽神名龍德拘字道故形長三寸六分衣青黃綠三色之帟頭戴無極進賢之冠左腎神名春元真字道卿形長三寸七分著五色變光之帟

頭戴遠遊之冠右腎神名象地無字道生形長三寸五分衣白錦單衣頭戴三氣寶光之冠脾神名寶元全字道審形長七寸三分著黃錦飛翥頭戴紫宸之冠八景都童並如嬰兒之形一合在五藏之內各安其所仍叩齒八通仰祝曰

中部八景上變九迴化精王胞結氣紫微鍊魂固魄萬神總歸帝君解結九孔散開玄母降靈節節納暉內充外多華光無衰得與八景合鞏同飛本命告使如兆所迴還我上升披觀靈扉早仰咽八氣止便服胎精鍊神之符

肥下部有四結一結在膀胱中二結在陰中三結在後門中四結在兩足中兆欲解下部四結以本命日夜半子時生氣始入室燒香向西北九拜朝元父三呼元父諱轉向東南三拜朝玄母三呼玄母諱還向太歲上平坐叩齒九通閉目思元父身長九寸九分著玄黃素靈之綬頭戴七稱珠玉之幘無極進賢之冠居九天之上太極瓊宮玉寶之府丹靈

舞洞元里中乘碧霞飛輿從十二飛龍二十四仙人從西北來下入赤身中五藏膀胱之內

次思玄母身長六寸六分著青寶神光錦縹霜羅九色之綬頭戴紫元玄黃寶冠居九炁無極之上瓊林七映丹房玉寶洞元之府九光卿上清里中乘紫雲飛精羽蓋從十二鳳凰三十六玉女從東南來入我膀胱之內下至兩脚即思父母化為青黃二炁混沌如日圓映照一身光耀內外便仰祝曰

陰陽交泰二炁洞明上化玄丹下轉黃精含胎變化體無常形帝君監映九孔納靈十二部結散滅黃庭八景經絡胃結紫瓊三魂被鍊七魄安寧萬神保鍊內外齊平三部八景與我俱生運我飛升上造玉清畢咽二十四炁止  
又思梵輔天王姓精諱霧雲霧收九色流雲飛晨之袞頭戴流丹絳寶瑩星玄精治天南上七映之宮乘流霞丹霄瓊輿羽蓋從上官王仙十二人



次思梵摩迦夷天王姓玄諱靈靈衣九色元鳳飛雲之袞頭戴玄辰辰星流精治天九玄鳳城紫瓊玉臺乘白麟素雲飛輪從太華仙童三十二人

次思波梨答怒天王姓王諱靈靈衣九色無

縫玄雲寶髮頭戴無極流黃鎮星飛精治天

陵普玉京大有妙宮九曲之房乘五色雲輿

從太玄玉童十二人思三天真王共下降我

身治膀胱之中下至兩足化為紫綠碧三色

之炁混沌如雲霧從陰中而入流布膀胱後

門兩足之中內外映照便祝曰

三天育胎九氣結神上化玄丹下轉變仙二

象交降以成我身六胃瓊秀九府納真十二

結節各各絕根塵除穢悉五靈敷陳玄母吐

精鍊化光鮮金仙真靈玉華結篇記名青宮

長保帝晨早仰咽炁止

又思下部八景神童閉目存呼胃神名同朱

育字道展形長七寸衣黃錦飛翬頭戴平天

紫晨之冠窮腸中神名兆騰康字道遠形長

二寸四分衣絳章單水頭戴三梁之冠大小

腸中神名蓬送留字道厨形長二寸一分衣

黃錦飛翬頭戴玉晨寶天冠胸中神名受亨

勃字道靈形長九寸一分衣九色章衣頭戴

飛晨至冠冠膈中神名廣璇字道仲形長

五寸衣白錦飛翬頭戴無極進賢之冠兩脅

神名辟假馬字道成形長四寸一分衣赤白

二色之翬頭戴九元寶冠左陰右陽中神名

扶流起字道圭形長二寸三分衣青黃白三

色之翬頭戴遠遊之冠右陰左陽中神名苞

表明字道生形長二寸三分衣青黃白三色

之翬頭戴三梁之冠存八景都畢並如嬰兒

之狀各安所在千乘萬騎而布在我陰中勝

腕後門兩足之中仍叩齒八通仰祝曰

下部八景散神飛仙含元育炁鍊胎紫煙太

一元父玄母交纏二精流灌含養內真帝君

定籍司命改年節結已散九孔已鮮魂魄保

固總攝萬神與我同升俱造玉晨早仰咽液

八通止

又思道一內神名速無馬字道極生形長二

寸五分衣紫文明光錦飛翬頭戴無極進賢之

冠在兆騰下丹田之中總統三部二十四真

叩齒三十六遍微祝曰

玄上大神總領無外安鎮幽谷流精紫蓋東

真侍靈三部交術帝君映帶玄母歡奉九元

同符司命延邁三晨齊輝真結帶早仰咽

二十四炁都止便服三關十二結胞胎內符

符在本經

上部四結國人既九落人華容夫人生魂中

部四結合凶為群盤固太倉迎人遊魂來狀

通森素夢不專下部四結結人後門道人九

孔斷人命根帝君告靈九天玉文消解結節

滅諸根源

雲笈七籤卷之二十九

三五

七

雲笈七籤卷之三十

稟生受命

帝一混合三五立成法

夫人者受生於天魂經成於元靈轉輪九炁  
 挺生太一開關二道積神幽宮所以玄液七  
 經流津敦澤日月映其六虛口目運其神氣  
 雲行雨施德擬天地胞胎內匠五因米具立  
 人之道其如此也五因者是五神也三道者  
 是三真也夫五神天之魂三真道之炁九天  
 之胎太一之源日月天之道玄液天之潤六  
 虛天之光幽宮天之府神氣天之化元靈帝  
 之變凡此言九天者乃混合帝君之變變而  
 化之是謂九宮九宮混變而同一矣若兆欲  
 修已來生當從所生之宗所生之宗謂元父  
 玄母也元父主炁化理帝先玄母主精變結  
 胞胎精氣相成如陰陽相生雲行雨施兆已  
 道合無名數起三五兆始稟形七九既而兆  
 體乃成和合三五七九洞真帝象之先當須  
 普天皇之功九變為靈功成人體體與神并

神去則死神守則生是以三元為道之始帝  
 君為道之根太一為道之變九天為道之神  
 九宮為道之宅玄液為道之津可以照鏡三  
 田以致神仙朝通六合夕守泥丸堅執胎精  
 心中常歡學道之子須此為緣見是經者始  
 可與言存念太一混合帝先雄雌守神灌流  
 浩清常使九天元炁則合九成也夫洞其要  
 也則一體常存津血自生雄鎮命戶雌守神  
 室太一無離與天同時故太上隱符曰存其  
 雄守其雌乃天地不能殄也既存之焉則五  
 神守宅五藏生華靈樓緋官帝鎮泥丸百神  
 堅固胎稟命門久則三一之神夕見太一帝  
 先晨降並見形於子之寢處也子當清潔齋  
 戒斷絕外事杜塞邪迎節諸人物罕為循諸  
 精心在一晨夕猶道孜孜不替沐浴五香別  
 靜一室燒香左右以期真炁太一之道尤忌  
 血腥臭臊穢穢之氣若泣淚墮落則帝君悲  
 接哭聲發口則太一凝結故九氣止而不變  
 三一悲而不攝九炁不變則三一亦結結滯  
 日積生氣泄出而故炁運入故炁運入將病

將死之始也是以真人謂哭音為死絕之聲  
 謂泣涕為漏精之津可不慎避之哉若一見  
 死尸及積日哀哭者則帝君罹罪譴於太上  
 太一受考譴於玄虛也將來三年子將亡矣  
 諸不受太一之道者自不得同之於學生也  
 所以至忌屍哭殯穢憂淚之感以為太一帝  
 君之精思也又不得見死屍自受畜之後若  
 見四十九屍者皆不得長生必中道絕命也  
 若見二十四屍者則當暫過太陰然後起仙  
 以為死屍之形既眇於兩眼屍穢之氣亦滯  
 纏於人思所存記於絳官絳官所識雖忌猶  
 存宜憂歸身顧屍塞思記之暇故也子厚慎  
 之哉見血屍喪殯穢穢哭泣涕皆太一之至  
 忌也若怕齋戒則存易感精誠立會太一鎮  
 命歡欣混合行之一十八年白日升晨此真  
 人迴老反嬰之道也  
 存三一守太一精洞房會帝君則化生九靈  
 於子形中輔子之神明成子之真仙保子之  
 長生固子之胎魂也白元元英桃君司命太  
 一混合五神捧籍列符五神各有所主混合

九變三五洞化於是三宮鎮真百節受靈帝君寶籙宿命無傾周旋虛煙啓通玄精二十四真忽然化生上開上元下開八冥左朝六甲右使六丁玉華引日太一并形千乘萬騎舉身啟晨白日升天真人修是太一之道者皆得三天之舉故曰舉身登晨白日升天以鷄鳴時晨登而無昏之中到于三天之上日之正中為白日鷄之始鳴為晨是以存太一混合多用鷄鳴及生氣時也九天九宮中有九神是謂天皇九魂變成九氣化為九神各治一宮故曰九宮太清中有太素太和洞房中有明堂絳宮是曰六府上曰天府下曰洞臺三五之號其位不同一曰太清之中則三五帝君二曰三一丹田神又五者符籙之神太一公子白元司命桃康君是也合而名為三五三五各有宮室若三真要在其宮五神上見帝君帝君左有元老丈人右有玄一若君此則無極之中所謂九君上一則真一也九君所謂天之魂自然成真之子也知精存九君深思三真必能以兆一體周旋三五

之中反覆七九之裏使天帝之靈魂常治在兆已五神奉籙周而復始必將白日登度何但不死而已

高上神霄經曰魂生無中布在九宮道出八極常遊絳宮三宮合化是為紫房紫房所在先由明堂兆能知之當開金門金門洞房內也又曰混而合之出入帝方三五合一必成仙王此謂洞合之時三真五神之道也帝方太清域也故大洞真經中篇曰二老在左右方帝魂不可不分三九變其上下太一立其中根五神奉我生籍司命塞我死門九宮合而為一六合惣而內真也此言謂分別其宮室混合其變化此道是太上實行長生根本立人之帝先為道之元始生府之仙宗帝籍之祕章洞真之奇妙九宮之要經也

九真中經天上飛文

太上曰夫人生結精積氣受胎飲血所以凝骨吐津散布流液忽爾而立忱爾而成固爾而具脫爾而生於是乃九神來入五藏玄生父母唯知生育之始而不覺神道其間也人

體有尊神其居無常展轉榮輸流注元津此神外來內結以立一身非如三魂七魄是積靈受氣生於父母者也尊神有九宮名號曰九真君分化上下轉形萬道子能修之則出水入火五藏自生長齊隱栖以存其真此文一名九真中經一名天上飛文一名外國放品一名神州靈章雖有四號故書一耳

第一真法平旦大神在心內號曰天精君平旦接手於兩膝上閉氣冥目內視存天精君坐在心中使大神口出紫氣以燒心外

九重畢因叩齒九下咽液九過祝曰天精大君來見心中身披朱衣頭巾丹冠左佩神書右帶虎文口吐紫華養心燒魂赤藏自生得為飛仙

第二真法辰時大神分形盡百骨中號曰堅玉君辰時接手兩膝上閉氣冥目內視存堅玉君入坐一身諸百骨中使口出白炁吐以燒骨九重畢因叩齒九下咽液九過祝曰

堅玉大君來入骨中身披素衣頭巾白冠左

佩龍書右帶金真口吐白炁固骨凝蘇白骨  
不朽筋亦不泯百節生華使我飛仙

第三真法已時大神分形盡流入諸精血中  
號曰元生君已時接手兩膝上閉氣瞑目

內視存元生君周遊一身血脉精液之中  
使口吐黃氣以纏乳脉外九重畢叩齒九  
下咽液九過祝曰

元生大君周灌血軀身披黃衣頭中紫元左  
佩虎籙右帶龍書口吐黃津固血填虛精盈

液溢九靈俱居使我飛仙天地同符

第四真法午時大神在肝中號曰青明君午  
時接手於兩膝上閉氣瞑目內視存青明

大君入坐肝內使口吐青炁以繞肝九重  
畢叩齒九下咽液九過祝曰

青明大君來入我肝身披青衣頭中翠冠左  
佩虎章右帶龍文口吐青氣養肝導神青藏

自生上為天仙太一護精抱魄檢魂

第五真法未時大神在脾中號曰養光君未  
時接手於兩膝上閉炁瞑目內視存養光

君入坐脾中使口吐綠炁以繞脾九重畢

叩齒九下咽液九過祝曰

養光大神來入脾中身披綠衣頭中蓮冠左  
佩玉鈴右帶威神口吐綠華養脾灌魂黃藏

自生上為真人

第六真法申時大神在肺中號曰白元君申  
時接手於兩膝上閉炁瞑目內視存白元

君入坐肺中使口吐五色炁以繞肺九重  
畢叩齒九下咽液九過祝曰

白元大君來坐肺中身披龍衣黃晨華冠左  
把皇籍右執靈篇左佩玄書右帶虎文口吐

五氣理肺和津白藏自生飛仙紫門

第七真法酉時大神分坐散形在兩腎中號  
曰玄陽君酉時接手於兩膝上閉炁瞑目

內視存玄陽君入形並坐兩腎中使口吐  
蒼氣以繞腎九重畢叩齒九下咽液九過

祝曰

玄陽大君入坐腎中身披紫衣頭中扶晨左  
佩龍符右帶鳳文口吐蒼華灌腎靈根黑藏

自生身為飛仙北登玄闕遊行天關

第八真法戌亥時大神在膽中號曰合景君

戌亥時接手於兩膝上閉炁瞑目內視存

合景君入坐於膽中使口吐五色炁繞膽  
九重畢叩齒九下咽液九過祝曰

合景大神來坐膽中身披錦衣頭戴紫冠左  
佩神光右帶玉真口吐五氣養膽強魂和精

寶血理液固身使我上昇得為飛仙

第九真法子時大神在頭洞房之中號曰無  
英公子時平坐接手於兩膝上閉氣瞑目

內視存無英君坐在明堂之內洞房之中  
使口吐紫氣繞頭九重畢又使吐紫氣繞

兩目內外九重畢又吐紫氣繞舌九重畢  
又使吐紫氣繞齒九重畢凡四九三十六

繞氣使都畢叩齒三十六下咽液三十六  
過祝曰

無英大君三元上神鎮守洞房宮在泥九黃  
闕金室化為九真龍衣鳳披紫翠青書手把

真精頭中華冠左佩玉映右帶虎文下坐日  
月口吐紫烟周氣齒舌朝澆明辰出丹入虛

呼魄召魂凝精堅胎六合長歡上登太微得  
補真官

右九真之道畢矣則泥丸鎮塞目童長存  
 五藏自生血脉保津若暫入太陰身經三  
 官者則九真召魂太一守骸三元護赤太  
 上攝魂骨肉不朽五藏不殞能死能生能  
 陰能陽出虛入無天地俱生是道士精靜  
 營形感致九真之氣應也三元飛精以盈  
 虛太一抱我尸而反質微乎微乎深哉深  
 哉閉氣使極吐氣使微妙出虛入無令其  
 綿綿不自覺也

大洞迴風混合帝一之法

此法當六十日一行之耳皆須本命日用未  
 中已前夜半已後二時隨意閉房自靜精心  
 內觀凝神衰氣默然忘身存思念讀神名一  
 周令守死關燒香左右令氣彌滿房室然後  
 施行若身有病痛處皆當指呼其處神使治  
 之也

迴風混合為帝一之道以本命之日若不知  
 本命當用甲子日也坐卧任意在所使安心  
 密讀神名曰太微小童千景精字會元子一  
 名三杵交一名對帝真恒守我吉本之下血

液之府小童口出赤氣繞我一身吉本是死  
 氣之門童子嚴固守之使生血液上凝泥丸  
 泥丸堅明百神方正

太一尊神號務猶收字歸會昌一名解明一  
 名寄煩恒守我玉枕之下泥丸復尸是死氣

之門太一嚴固守之使泥丸入於真氣七世  
 父母受仰玄之更生上籍玉皇重華萬寧

帝君延陵梵字復昌靈一名七神一名神丈  
 人恒守我兩眉中間紫尸之外宮紫尸之外

官是死氣之門帝君嚴固守之使華蓋入眉  
 間非紫房七世父母罪解而福街上登帝官

左無英公子玄元叔字合符子一名元素君  
 一名神公子恒守我左腋之下肝之後尸肝

之後尸是死氣之門神公子嚴固守之使左  
 腋有玉光引神明入眼睛

右白元洞陽君鬱靈標字方夷絕一名朱  
 精一名啓成恒守我右腋之下肺之後尸

肺之後尸是死氣之門白元君嚴固守之  
 使右腋有金光引神明入六氣之宮七世

反胎生一身登玉房中央司命丈人君理

明初字玄度卿一名神宗一名神靈華恒  
 守我絳宮心房之中四孔之尸四孔之尸  
 是死氣之門司命丈人君嚴固守之使心  
 中得其真理絳宮生五色華司命丈人口  
 吐紫雲氣洞溢我五藏內

命門桃君孩道康字合精延一名命王一名  
 胞根恒守我膈中之關命門外官命門外官

是死氣之門桃君孩道康嚴固守之使膈中  
 徘徊黃雲盈溢三命生根胞結解泄令我七

祖父母無閻累殃宿罪無滯世世度脫上生  
 天帝官

泥丸天帝君上一赤子玄凝天字三元先一  
 名伯無上一名伯史華恒守我泥丸中九孔

之尸九孔之尸是死氣之門上一天帝君嚴  
 固守之使泥丸玉堅金曜映真體生靈光九

孔受靈令我七祖父母世世安寧解脫宿罪  
 共登上清

絳宮心丹田官中一元丹皇君神運珠字子  
 南丹一名生上伯一名央靈拘恒守我項中

之大椎骨首之尸骨首之尸是死氣之門中

一丹皇君神運珠嚴固守之使百骨受真氣  
大推有日光七祖父母獲自然之生道登仙  
南極宮

命門下一黃庭元王始明精字元陽昌一名  
嬰兒胎一名伯史原恒守我兩莞間車軸下

戶車軸下戶是死炁之門黃庭元王嚴固守  
之使百血結凝神氣不散找出地戶超度八  
難

泥丸九真名帝昌上皇字先靈元宗恒守我  
口之四際口之四際是死炁之門帝昌上皇

嚴固守之使精氣入故氣出神光隨身放光  
萬丈七世父母罪脫禍除生帝君玉房中

膽中八真名合景君字北臺玄精恒守我背  
之中骨之下節中骨之下節是死炁之門合

景君嚴固守之使背骨受生氣下節孔常閉  
邪氣不干真光映形

兩腎七真名玄陽君字真光先生恒守我背  
窮骨地戶窮骨地戶是死炁之門玄陽君嚴

固守之使地戶伏生氣窮骨受神液六津調  
滿生根深密

肺中六真名上元素玉君字梁南中童子恒  
守我頸外十二關之梁十二關之梁是死炁  
之門上元素玉君嚴固守之使上帝玉華映  
神間之下玉晨之氣入丹元之宮七世父母  
解散結滯受生太上之鄉

脾中五真名養光君字太昌子恒守我喉內  
極根之戶喉內極根之戶是死炁之門養光  
君嚴固守之使玉光金真照洞喉根太帝神  
氣來往三宮之中

肝中四真名青明君字明輪童子恒守我胃  
管之戶膏膜之下膏膜之下是死炁之門青  
明君嚴固守之使三素之氣生華五停之神  
侍衛出入玉液之津灌澤胃管

精血三真名元生君字黃寧子玄恒守我鼻  
兩孔之下源兩孔之下源是死炁之門元生  
君嚴固守之使精神宣暢於百節血液盈滿

於千關萬靈之氣輔護太一之魂保身  
骨節二真名堅玉君字凝羽珠恒守我太倉  
之府五腸之口五腸之口是死炁之門堅玉  
君嚴固守之使黃庭香潔三尸滅絕中元之

君嚴固守之使黃庭香潔三尸滅絕中元之

君嚴固守之使黃庭香潔三尸滅絕中元之

君嚴固守之使黃庭香潔三尸滅絕中元之

炁常滿帝皇之光鬱鬱上衝泥丸敷散筋骨  
心中一真名天精液君字飛生上英恒守我  
胃中四極之口四極之口是死炁之門天精  
液君嚴固守之使五臟生華四關受真紫液  
流於胃中峰炁結於百神上升玉天羽衣虎  
君

九元之真男名拘制字三陽恒守我左耳之  
下伏晨之戶伏晨之戶是死炁之門拘制三  
陽嚴固守之使天聰發徹幽谷鮮明真炁雲  
行往來泥丸

皇一之現女名上歸字帝子恒守我右耳之  
下伏晨之戶伏晨之戶是死炁之門上歸帝  
子嚴固守之使幽明之光上朝泥丸太无之  
音獨樂一身玄金雲鈞流徹太和

紫書左元君名醫營無刃字安來上恒守我  
頭面之境使萬邪不侵千精滅亡又使紫雲  
衝於泥丸太素壞於鼻孔景雲被於口齒玉  
林聚於髮膚散七世之積尸解七祖之罪仇  
上生天帝堂反真更受胎

黃書中元君名圓華黃刃字太張上恒守我

黃書中元君名圓華黃刃字太張上恒守我

黃書中元君名圓華黃刃字太張上恒守我

黃書中元君名圓華黃刃字太張上恒守我

胃腹之境使鬼魔伏制三尸滅形又使黃雲散於支體金液充於太倉晨景之暉上華太真之杰運光七世父母罪解受胎更生南宮白素右元君名啓明蕭丹字金門上恒守我下關之境從小腹至脚底使三積宿穢無滯

地尸土鬼沉滅又使明玉之液上陶於陰極神素金炁逆充於兩莞解受九靈之潤脚生玄重之雲累祖解於冥羅七世散於禍根更生入南宮上畀入帝軒

日中司命君名接生守我左手月中桃君名方盈守我右手左目童子名飛雲右目童子名晨嬰肺部童子名素明皆各守我兩目之童子備華蓋之上精五神固於五關暉光充於大明魔氣不入百會受靈

胎中一元白炁君名務玄子字育尚生太一精魂名玄歸子字威昌凡二神共守我五藏之上結喉之本戶結喉之本戶是死炁之門

二神固密守之使三華之氣入帝一之府九明之津生六胎之下七玄散禍七祖解結身登真堂併列太一

結中青炁君名素延昌字合和嬰元君精魂名保谷童字明天凡二神共守我五藏之下大胃之上口大胃之上口是死炁之門二神固密守之使金液流匯玉華映魂神始溢於窮腸帝杰充於九關七祖披釋於玄憂受更

胎於玄仙上素結解下脫胞根節中黑炁君名斌來生字精上門帝真精魂名幽臺生字罐上生凡二神共守我九腸之口伏源之下伏源之下是死炁之門二神固密守之使太上之炁布散腹內太一之神迴

行百骨體有玉光面保金澤七祖父母得解冥罪累業之先世世解結上生帝房入保颯室胞中黃炁君名祖明車字神無極天帝精魂

名理維藏字法珠凡二神共守我小腹之內二孔之本二孔之本是死炁之門二神固密守之使日月之根生於二戶之下五帝之炁

充於極陰之室精華盈滿五液填溢七祖父母反胎宿對之殃解結上生南宮神仙受炁血中赤炁君名混離子字叔大堅司命精魂

名發細子字慶玄凡二神共守我百關之血絕節之下絕節之下是死炁之門二神固密守之使五常之液盈於六府靈潤玉澤充於血肉絕節不空地門填塞七祖結散更生南極我得玉仙合道保德

上玄元父君名高同生字左迴明下玄玄母名叔火王字右迴光帝皇太一名重冥空字幽寡無九帝尊神名日明真字衆帝生太常

精魂名揚堂王字八靈天帝九關魂名錄迴道字絕冥天紀帝魂名照無阿字廣神凡七神守我本命之根本命之根胞胎大結常令胞囊至清開明七祖反胎我命恒生三天同符上與日并

右我之死門三十九處太上尊神皆已守備之使口銜日光手執月明照我死門使我長生我體常生讀大洞真經金音仰充

上入太無庭解結散禍拔脫七祖靈反胎會南宮世世有玉名三塗滅根輪轉上清三素老君名牢張上字神生道正一左仙仲成子一名帝賓字四華正一右仙曲文子一

名光堅字靈和守我鼻下人中

中央玄一老子林靈天字靈時道守我陰莖

之端北方黑帝保咸曷字北代守我膀胱中

西方白帝彰安字西華守我陰囊中南方

赤帝長來覺字南和守我口中東方青帝

彫梁際字清平守我五藏外凡五帝二老左

右仙備衛本命守我身祖宗解考福祚七玄

世世解結散除胞胎精血光金液玉泉上

生高宮以為帝賓我入八景迴駕瓊輪仰升

九天白日飛仙

帝卿名肇勤精字中玄生一名起非一名常

扶絳宮中一名卿中光堅字四化靈一名幽

車伯一名董史華黃庭下弼卿名綠上明字

谷下玄一名奉申伯一名奉光生凡三帝卿

神衛我入帝一室係我本命於九天錄存祝

名都畢更閉兩目存此百神變成白炁如白

烟之狀從玄虛中來入我口中鬱鬱良久覺

見白炁下從下部孔中出又從玉莖孔中出

又覺白炁從兩脚底兩手中並出並冠繞

一軀上下手足混合一身與白氣同煙上下

不相見良久白炁忽復變色成紫雲鬱鬱又

從我口中入頭中及至五藏之間充滿腹內

良久紫雲又從兩足底兩掌心大孔玉莖孔

中出冠繞一軀鬱氣上下與紫雲相合不相

見也須臾存紫雲之炁充滿左右及一室之

內又存見口中出風炁之扇紫雲之煙紫雲

之煙乃迴轉更纏繞忽成一真人男形也如

始生之狀長四寸號曰大洞帝一尊君名父

寧在字合母精是守死關之衆神細風混化

共成此帝一之尊君也又存此尊君來入我

口中舌下又從舌下徑上升紫房六合官平

坐外向尊君左手把兆五符右手把兆五籍

尊君口之左邊有日光徑九分尊君口之右

邊有月光徑一寸尊君口吐迴風之炁吹此

日月之光日月之光鬱鬱然或白色或黃色

令光炁下入兆五藏六府百節一身之內洞

徹朗然內外如白日之狀良久忘身忽然事

訖乃心視曰

大洞帝一太素尊靈父字母精二合雙成百

真一混一徧始生身結八煙變胎元嬰日月

寶光洞我軀形太一在上上與帝并沈九保

玉五藏華明長合日月手執洞經位為仙公

晨升上清三十九章符羽庭畢此是迴風

混合帝一之道也萬變百化洞真太一之法

極盡於此矣

夕夕常存大洞帝一尊君在兆鼻下人中中

央白日常存合在口內上齒之外鼻人中皮

內上脣之裏上齒之外尊神形皆當向外坐

立起居在意存之存尊君口中銜日光徑九

分照明萬丈洞明兆身夫一者帝之真一也

一之所變歸一者也讀洞經時亦存帝一尊

君在兆面前以尊神口對兆之口聞令相向

聽我讀洞經之音以散七世之結焉

帝一尊君名父寧在字合母精日夕常憶之

勿忘辟萬試滅千患除惡魔致神仙也若兆

體中有疾痛不寧處急存帝一尊君令口吐

日光白炁薰我痛疾即愈帝一尊君形如始

生之男不著衣服身長四寸耳所謂大洞胎

始形之真也

本命日常當讀大洞真經三十九章一過能



恒誦習之大吉也須得萬福大限充畢乃得  
駕自然之雲乘八光之龍千乘萬騎白日升  
仙矣萬福既畢然後一歲一讀之耳上帝雲  
龍脫未來迎者不過七百日中忽在人間卒  
至便升天矣此當堅守雌一混合五神精心  
迴風大會專誦習洞經三十九章於是真  
仙之道早矣雲龍之會審矣罪結之根散矣  
上祖獲福命矣兆勤之矣

雲笈七籤卷之三十一

雲笈七籤卷之三十一

住一

衆生受命

太微帝君太一造形紫元內二十四真人

神回元經

太微帝君太一造形紫元內神二十四真人  
混氣變生主仙上精散解胞結釋滯關元二  
十四神所命乃得除脫也兆能修存名字者  
則治鎮一身保守元精欲解節結之法當先  
祝之乃得開關耳此靈並是結氣之玄宗成  
體之具神連道雲霧帶生烟熅能致玉羣龍  
騎千萬列行同與一體白日登天此太一真  
人二十四神存玄元帝君上清乘殿歛之道  
也常當安身靜心正氣夷形閉目內視忘體  
念神燒香盟綠存神守真髮鬚三八萬暉玄  
英行之十八年太上命太微帝君太一五神  
化生混靈道君從二十四真人千乘萬騎騎  
風攝雲呼吸流升白日造天存神之道勿交  
非類深室避事極精躡空心存目想微妙守  
神靜麗安形則萬害不傷百鬼避竄千妖不

行清爽散禍福慶不可勝紀先中齒二十四  
通單乃存思

腦神名覺元子字道都形長一寸一分色正  
白

髮神名玄文華字道衡形長二寸一分色玄

皮膚神名通衆仲字道連形長一寸五分色  
黃

目神名虛監生字道童形長三寸六分衣五  
色

項髓神名靈護蓋字道周形長五寸色白素  
衣

臂神名益履輔字道柱形長三寸半白玉素  
衣

鼻神名冲龍玉字道微形長二寸五分青白  
黃色衣

舌神名始果峙字道波形長七寸正赤色

右一身上部八景神童名字先存之並如嬰  
兒之形髻鬚在身各安其所訖乃叩齒八通

咽液八過而微祝曰

上景八神一合八身帝君玄母五神各陳舉

形遷化流變適真千乘萬騎俱升帝晨白元  
無英道養太賓八靈翼體玉華衝煙恍惚十  
周程造日門

初存思之始先三呼神名字祝訖又三呼神  
名字今聲則出口三部同爾

平旦日中夜半三時恒存二十四神以次念  
之祝呼如上法高上寶神明科經說曰叩齒  
之法左左相叩名曰扣天鍾右右相叩名曰  
捷天磬中央上下相對相叩名曰鳴天鼓若  
卒遇凶惡不祥當扣天鍾三十過若經山辟

邪威神大祝當捷天磬若存思念道致真招  
靈當鳴天鼓叩齒雖一其實有左右上下也  
故凶惡而畏天鍾之響山神而憐天磬之動  
招神而肅天鼓之震矣玄音有節希微內感  
不可以一舉而求不可以偶然而合也千章

萬事皆當如此中齒之道演矣鍾鼓之音別  
矣是以道數不可乖錯法術不可雜亂乖錯  
則有暗昧之敗雜亂則有累毀之禍非冥冥  
之無貴也行冥貴之無序則道之不可成事  
之不可驗良由求真之途不得也履迹跡之

造而多愆于世俗矣扣天鍾三十過謂無他  
祝執行此以除不祥耳若有所禁行隨本法  
叩齒之多少不必須扣三十過也

喉神名百流放字道通形長八寸八分九色  
衣

肺神名素靈生字道平形長八寸一分純白  
心神名煥陽昌字道明形長九寸色赤

肝神名開君童字道青形長六寸色青黃  
膽神名龍德拘字道放形長三寸六分色青  
黃綠

左腎神名春元真字道卿形長三寸七分數  
變白赤青五色無帶

右腎神名象地無字道生形長三寸五分色  
白或黑

脾神名寶元全字道審形長七寸三分色正  
黃

右一身中部八景神畫名字吹存之並如嬰  
兒之形髻髮在身各安其所訖叩齒八通咽  
液八過而微呪曰  
中景八神四變九飛練魂正身明景同暉帶

君解結胎練四歸上通玄母散靈步威得與  
八神合羣齋靡千乘萬騎上登太微  
胃神名同來育字道展形長七寸色黃

窮腸中神名兆騰康字道還形長二寸四分  
黃赤色

大小腸中神名達送留字道廚形長二寸一  
分色赤黃

胸中神名受厚勃字道虛形長九寸一分九  
色赤

胸膈神名廣奕宅字道仲形長五寸色白  
兩腸神名辟假馬字道成形長四寸一分赤  
白色

左陰左陽神名扶流起字道圭形長二寸三  
分青黃白色在男存為左陽在女存為左陰

右陰右陽神名苞表明字道生形長二寸三  
分青黃白色在男存為右陽在女存為右陰

右一身下部八景神畫名字後存之並如嬰  
兒之形髻髮在身各安其所訖乃叩齒八通  
咽液八過而微呪曰  
下景八神散形化靈紫煙衛生舍元守精太

一元父帝君挺生七莖免藉司命記生魂魄以安五華育明千乘萬騎與我同升先造太素此攝上清

道一內神名遠無馬字道植生形長一寸二分紫色男存曰道一內神女存曰真元中靈右一神極根之幽神守中之上靈也次又存之如嬰兒之狀安坐其所訖乃叩齒二十四通咽液二十四過而微祝曰

玄上內真養形倚宸總攝綱九度八旋斗星內明官館九陳帝君合昌九道七咽出液內精和灌眾神五藏生華反老童顏千乘萬騎與我昇天上朝大陸高揖玉晨

右一身寶名內字化生之精神也不知此名則仙道不成矣若解結之日不先祝此者則結為不解也結節不解必三魂失適上元內嬰五老失明帝君乖疎也男存為童子之神女存為女子之神俱同一名字也

存二十四神當以夜半去枕平卧握固放體氣調而微微存思其身神安念帝君令髮鬚居位閉目內視之如有不具便當燒香平坐

閉目握固兩膝上精存眾神祝行如法其平旦日中時存神自平坐而行之勿令有見之者矣皆內視臨閉目而存也

月一日夜半存神訖又存兩目中有白無如雞子大在面前須臾變成兩明鏡徑九寸以前後照我一體上二十四神使洞鑒分明良久乃心祝曰

大明寶鏡分形散花鑿朗元神制却萬魔飛行上清披雲巾羅役使千靈封山召河畢五日一行之所謂覆校內精檢斂五神者也常能行之災害不生而位登高仙

拂童之道使微見帝君五神之法常以甲子之旬庚午日月中時取清水一升以一銖真丹投水中攪之左行三七過祝曰

玄流朱精生光八明身神眾列並來見形微視萬星中達九靈帝君映童使我上清祝畢東向以洗目二七過恒行之者微視萬神祝當微言以水向月建洗目不常東向也

濟眾經  
太上道君告普光真人曰五種烟燭聚而成

體會其宿業因而受識輪轉其神有其生也因識受染流入惡緣處在昏衢居於闇界陰蔽垢濁魔獄禁形長劫艱辛失於明性內是展轉迷波苦海中未有一人求出離者普光

又問烟燭之理何處流來闇界明性是誰為主神之與識何處稟形識神是一為復二耶是一不合二名是二各明何事為善作惡不審是誰若神之所為則神妙無方既曰無方則無過惡識為惡者識當異神彼此罪罰何

容累及何以扶我聞神尊所說道品中善惡兩業必由於神以是言之識有何罪臣之愚蒙實所不了伏惟哀愍有以教之則萬劫因緣一切咸荷

太上道君告普光曰五無相結乃有烟燭觸業生形因形能化性理和合是以為物從識生變神乃為用識之與神不一不異何以故

法同源故體則是識五性相和用則為神照於境智神若無識何所用智識若無神不能為理譬猶存菜而為和羹五味相和何曾別異無菜則味不獨擅無神則識不為用是以

用神為智味菓為美以此論之何曾有闍眾  
生執著是故無明悟則是明明無定處迷則  
為闍闍豈殊方深愛為獄形乃被法無愛無  
受亦無所有譬如野外無人之鄉十二時神  
何曾有地橋垣既至屋宇斯成四方之神以  
劫靈變故其屋宇諸神盡在眾生闍獄亦復  
如是神之來也不知所從神之去也不知所  
往惡業若成獄則為業罪咎若盡亦不知無  
且智有大小神有尊卑見神則曰無方一切  
人應皆聖何以故同不同故普光真人汝今  
當知明闇神識盡於此也

說真父母

天尊言曰氣氣相續種種生緣善惡禍福各  
有命報非天非地亦又非人正由心也心由  
神也形非我有所以得生者從虛無自然中  
來因緣寄胎變化而生我受胎父母亦非我  
始主父母也真父母不在此父母貴重專高  
無上今所生父母我寄備因緣稟受養育之  
恩故以禮報而稱為父母焉故我受形亦非  
我形也寄之為屋宅因之為營構以舍我也

附之以為形示之以有無故得道者無復有  
形也及無身神也一身神莊一則為真身歸  
於始生父母而成道也

九真帝君九陰混合縱昇萬化隱天  
訣

帝君九陰經曰欲變化分形隱淪八方匿軀  
藏影入室造冥來致萬物招制邪魅者當常  
齋修帝君九陰之精思也

北斗第一星中名太上官宮中有帝君變隱  
逃元內妃名太一法怛字幸正扶著黃錦帔

丹青飛翬類雲髻

第二星中名中元官宮中有帝君保胎化形

內殞名太一三笔字羅朱嬰著赤錦帔綠羽  
飛翬類雲髻

第三星中名真元官宮中有帝君六通七隱

上元丹母名太一虛夷字仲雙兆著青錦帔  
繡羽華飛翬類雲髻

第四星中名細幽官宮中有帝君匿景藏光

中元內妃名太一七烈字橫舉樂著紫錦帔  
黃華羽飛翬類雲髻

第五星中名綱神官宮中有帝君變體易景  
斗中大女名太一鬱書字疇丘蘭著朱錦帔  
紫青飛翬類雲髻

第六星中名紀明官宮中有帝君隱迹散眾  
斗中中女名太一氣精字抱定陵著朱錦帔

青繡飛翬類雲髻

第七星中名闕會官宮中有帝君分景萬形  
斗中少女名太一郁墓字天凡著朱錦帔青

華明羽翬類雲髻

第八星中名帝席官宮中有帝君化日月水

火斗中高皇左夫人名太一石啓珠字落茂

華著紫錦帔繡羽飛丹翬類雲髻

第九星中名上尊官宮中有帝君化金石山  
河斗中高皇右夫人名太一條字雲育玄著  
綠錦帔翠羽華翬類雲髻

右九帝君九星斗中宮隱妃九陰名字若祝  
說之時但說位號名字耳勿道著衣帔及頭

髻下也子能知帝君九陰者升展上天位為  
上清真人兆在世終身不受哭泣災殃太陰  
之神衛從萬靈之精拜謁分形散變混合天

地此太陰九妃者乃帝君之陰宮神也此行道解結奉符上藉安魂制魄化生體神道炁延精以求長生而不知帝妃之名守行九陰以混合者亦萬不得仙也兩眉間却入一寸為明堂明堂正方一寸帝君太陰九妃常居其中恒以月之偶日齋用生炁時燒香入別室坐臥任意瞑目良久存帝君安坐在太極紫房中又存太一五神在六合中又存北斗九星在心中又存太陰九妃在明堂中又存太微童子千景精對立帝君前童子左手把五符右手把五籍又存兆之形立童子後又存太陰九妃從明堂中上入太極紫房中以次橫列立兆後又存太一五神從六合中上入太極紫房中以次橫列立太陰九妃後都畢於是帝君東神條款一合大變共為一人一人如嬰兒始生之狀名曰無常童子字變化左手把九星頭戴日口銜月童子以日月九星之光映燦光一身內外洞徹自覺兆一身通赤如火之炎無復表裏表裏皆爛然也此為帝君太一九陰混合變化萬形也良

久舉叩齒二十四通咽液九過乃微祝曰洞天神光回曜紫清玄陰九展陽輪絕冥斗中夫人三女散形神妃內化萬物立成電光雷激雲霧流零九變十化生丹起青太一九女合化混侍無常縱道滄虛館冥錦帳華袂紫羽飛翥左佩隱符右帶虎文銜火戴 hands 把絕幡傍鹿八風四聖景雲道暹天網化蕩七元蔽伏山河巖回五辰日月塞暉列宿失真分形作百化軀入千在火為火入林為林居水為水入山為山所求忽至所召已前候欵適心盼目立臻千種萬物隨心所言帝君在形太上玉晨無英同景四文白元永生天地保養我身口有所道隨意化遣玉童奉侍玉華執中神妃獻香四具同軒事物物皆如我言畢

雲笈七籤卷之三十一

雲笈七籤卷之三十二

仕二

推修攝

養性延命錄 并序

夫稟氣含靈惟人為貴人所貴者蓋善於生者若神之本形者神之具神大用則竭形大勞則斃若能遊心虛靜息慮無為候元氣於子後時導引於闔室攝養無虧兼餌良藥則百年者壽是常分也如恣意以馳聲色役智而圖富貴得喪榮於懷抱踈挽未能自遣不拘禮度飲食無節如斯之流寧免天傷之患也余因正觀微暇聊復披覽養生要集其集乃前芳彙湛道林之徒程平黃山之輩咸是好華英奇志在實育或鳩集仙經真人壽考之規或揀攝彭祖李嗣長齡之術上自晨黃已來下及魏晉之際但有益於養生乃無損於後患諸本先皆記錄令略取要法刪盡繁蕪類聚為題號為養性延年錄庶補助於有緣其愚以濟物耳

神農經曰食穀者智慧聰明食右者肥澤不

老謂鍊玉石也食之者延年不死食元氣者地不能理天不能假是故食藥者與天地相弊日月並列老君道經曰谷神不死河上公曰谷養也能養神不死神為玉藏之神肝藏魂肺藏魄心藏神腎藏精脾藏志三藏靈傷則五神去矣是謂玄牝言不死之道在於玄牝玄天也天於人為鼻地也地於人為口天食人以五氣從鼻入藏於心五氣清為精神聰明者聲五性其鬼曰魂魂者魂也出入人鼻與天通故鼻為玄也地食人以五味從口入藏於胃五味調為形靈骨內血脈六情其鬼曰魄魄者魂也出入於口與地道故口與地通故口為地也玄牝之門是謂天地根根元也言鼻口之門乃是大地之元氣所從往來也綿綿若存鼻口呼吸處息常綿綿從妙若可存復若無有也用之不動月氣當寬舒不當急矣身勞老君德經曰出生無情欲出於五內魂定魄靜故生也入死無情欲入於首腦精欲神藏故死也生之徒十有三死之徒十有三言生死之類各十有三謂九竅

四關也其生也目不妄視耳不妄聽鼻不妄嗅口不妄言手不妄持足不妄行精不妄施其死也及是人之生動之死地亦有三人殺養生動作反之十三之死地也夫何故以其求生之厚所以動之死地者以其求生活之太厚也速道反天妄行失紀蓋聞善攝生者陸行不遇兕虎入軍不被甲兵兕無所投其角虎無所措其爪兵無所容其刃夫何故以其無死地焉以其不犯上十三之死地也莊子養生篇曰吾生也有涯向秀曰生之所稟各有涯也而智也無涯嵇康曰夫不慮而欲性之動也識而發感智之用也性動者遇物而當足則無餘智從感而求倦而不已故世之所患常在於智用不在性動也以有涯隨無涯殆已郭象曰以有根之性尋無窮之智安得而不用哉已而為智者殆而已矣向秀曰已困於智矣又為以攻之者又殆矣莊子曰達生之情者不務生之所無以為白秀曰生之所無以為者性表之事也張湛曰生理自全為分外所為此是以有涯隨無涯也

達命之情者不務智之所無奈何向秀曰命盡而死者是張湛曰來生順之理窮所眾之分宜智所奈何列子曰少不勤行壯不競時長而安貧老而寡慾閑心勞形養生之方也列子曰一體之盈虛消息皆適於天地應於萬類張湛曰人與陰陽通氣和之於始和之於終靜神滅想生之道也嵇康和則神志不散老君妙真經曰人常失道非道失人人常去生非生去人故養生者慎勿失道為道者慎勿失生使道與生相守生與道相保黃老經玄禾曰天道施化與萬物無窮人道施化形神消亡轉神施精竭故衰形本生精精生於神不以精施故能與天合德不與神化故能與道同式玄禾曰以形化者尸解之類神與形離二者不俱還象飛鳥入海為蛤而隨季秋陰陽之氣以氣化者生可冀也以形化者甚可畏也嚴君平老君指歸曰遊心於虛靜結志於微妙委慮於無欲歸指於無為故能達生延命與道為久大有經曰或疑者云始同起於無外終受氣於陰陽載形魄於

天地資生長於氣息而有愚有智有強有弱  
 有壽有夭天耶人解者曰夫形生愚智天也  
 強弱壽夭人也天道自然人道自己始而胎  
 氣充實生而乳食有餘長而滋味不足壯而  
 聲色有節者強而壽始而胎氣虛耗生而乳  
 食不足長而滋味有餘壯而聲色自放者弱  
 而大生長全足加之導養年未可量適接曰  
 人生而命有長短者非自然也皆由將身不  
 謹飲食過差淫泆無度悖逆陰陽鬼神不守  
 精竭命衰百病萌生故不終其壽何國帝視  
 萌曰侮天地者凶順天時者吉春夏樂山高  
 處秋冬居深藏吉利多福壽考無窮雜書  
 寶子命曰古人治病之方和以醴泉潤以元  
 氣藥不辛不甘甜味常能服之津流五  
 藏繫之在肺終身無患孔子家語曰食肉者  
 勇敢而悍虎狼之類食氣者神明而壽仙人  
 靈龜是食穀者智慧而天人不食者不死  
 而神直任喘息而無思慮傳曰雜食者百病  
 妖邪所鍾所食愈少心愈闢年愈益所食愈  
 多心愈寒年愈損焉太史公司馬論曰夫神

者生之本形者生之具也神大用則竭形大  
 勞則斃神形早衰欲與天地長久非所聞也  
 故人所以生者神也神之所託者形也神形  
 離別則死死者不可復生離者不可復返故  
 乃聖人重之夫養生之道有和頌大歸未能  
 具其會者但思每與俗反則闢踐勝轍獲過  
 半之功矣有心之徒可不察歎小有經曰少  
 思少念少欲少事少語少笑少愁少樂少喜  
 少怒少好少惡行此十二少乃養生之都契  
 也多思則神急多念則忘散多欲則損智多  
 事則形疲多語則氣爭多笑則傷藏多愁則  
 心懣多樂則意溢多喜則忘錯昏亂多怒則  
 百脉不定多好則專迷不治多惡則燥煎無  
 歡此十二多不除養生之本也無多者幾乎  
 真人大計蒼頡者壽慳斬者夭放散劬勞之  
 異也田夫膏膏梁大嗜慾多少之驗也處士  
 少疾遊子多鬼事務繁簡之殊也故俗人競  
 利道士空營明昭曰目不欲視不正之色耳  
 不欲聽醜穢之言鼻不欲向羶腥之氣口不  
 欲嘗毒辣之味心不欲謀欺詐之事此辱神

損壽又居常而歎息長夜而吟嘯不止來邪  
 也夫常人不得無欲又復不得無事但當和  
 心少念靜慮先去亂神犯性之事此則壽神  
 之一術也黃庭經曰玉池清水灌靈根審能  
 修之可長存名曰飲食自然自然者則是華  
 池華池者口中唾也呼吸如法咽之則不飢  
 也老君尹氏內解曰唾者漱為醴泉聚為玉  
 漿流為華池散為精洩降為甘露故曰為華  
 池中有醴泉漱而咽之凝藏潤身流利百脉  
 化養萬神肢節毛髮宗之而生也中經曰靜  
 者壽躁者夭靜而不能養滅壽躁而能養延  
 年然靜易御躁難持蓋順養之宜者則靜亦  
 可養躁亦可養韓融元長曰酒者五穀之華  
 味之至也亦能損人然美物難將而易過養  
 性所宜慎之邵仲堪曰五穀充肌體而不能  
 益壽百藥療疾延年而不能甘口充肌甘口  
 者俗人之所珍苦口延年者道士之所實素  
 問曰黃帝問岐伯曰余聞上古之人春秋皆  
 百歲而動作不衰謂血氣猶盛也今時之人  
 年始半百動作皆衰者時世異耶將人之失

耶岐伯曰上古之人其知道者法則陰陽和於術數考中文雅之法飲食有節起居有度不妄動作故能形與神俱盡終其天命壽過百歲今時之人則不然以酒為漿以妄為常醉以入房以慾竭其精以好散其真不知持滿不時御神務快其心逆於陰陽治生起居無節無度故半百而衰也老子曰人生大期百年為限節護之者可至千歲如膏之用小炷與大耳衆人大言而我小語衆人多煩而我少記衆人悖暴而我不怒不以人事累意不脩君臣之義淡然無為神氣自滿以為不死之藥天下莫我知也無謂幽冥天知人情無謂闇昧神見人形心言小語鬼聞人聲犯禁滿千地收人形人為陽善正人報之人為陰善鬼神報之人為陽惡正人治之人為陰惡鬼神治之故天不欺人依以影地不欺人依以響老君曰人修善積德而遇其凶禍者受先人之餘殃也犯禁為惡而遇其福者蒙先人之餘福也名賢叙病論曰世人不終者壽咸多天歿者皆由不自愛惜忿爭盡意選

名射利聚毒攻神內傷骨體外之筋肉血氣將無經脈便壅內裏空疎惟招聚痰疰氣日衰邪氣日盛矣不異果滄波以注燭火頽華嶽而斷消流語其易也甚於茲矣彭祖曰道不在煩但能不思衣不思食不思聲不思色不思勝不思負不思失不思得不思榮不思辱心不勞形不極常導引內氣息但爾可得千歲欲長生無限者當服上藥仲長統曰蕩六情之者有心而不以之思有口而不以之言有體而不以之安安之而能遷樂之而不愛以之圖之不知日之益也不知物之易也彭祖老聃庶幾不然彼何為與人者同類而與人者異壽陳紀元方曰百病橫夫多由飲食飲食之患過於聲色聲色可絕之踰年飲食不可廢之一日為益亦多為患亦切多則勿傷少則增益張湛云凡貴權勢者雖不中邪精神內傷身必死亡非狀拜外使直由米炭內煎則自崩傷中唾血始富後貧雖不中邪皮焦筋出委殫為學貧富之於人利害猶於權勢故病疹損於形骸動勝寒靜勝熱能動

能靜所以長生精氣清淨乃與道合莊子曰真人其寢不夢慎子云晝無事者夜不夢張道年百數十甚翹壯也云養性之道莫久行久坐久卧久聽莫強食飲莫大醉莫大怒憂莫大家思此所謂能中和能中和者必久壽也仙經曰我命在我不在於天但惡人不能知此道為生命之要所以致百病風邪者皆由恣意極情不知自惜故虛損生也譬如枯朽之木遇風即折將崩之岸值水先頽今若不能服藥但知愛精節情亦得一二百年壽也張湛養生集叙曰養生大要一曰傷神二曰愛氣三曰養形四曰導引五曰言語六曰飲食七曰房室八曰反俗九曰醫藥十曰禁忌過此以往義可略焉青牛道士言人不欲使樂樂人不壽但當莫強為力所不任舉重引強掘地苦作倦而不息以致筋骨疲竭耳然勞苦勝於逸樂也能從朝至暮常有所為使之不息乃快但覺極當息息復為之此與導引無異也夫流水不腐戶樞不朽者以其勞動數故也飽食不用坐與卧欲得行步



務作以散之不爾使人得積聚不消之疾及手足痺展面目黧皺必損年壽也皇甫陰問青牛道士青牛道士姓封字君達其養生法則可施用大略云體欲常勞勞欲常少勞無過極少無過虛去肥濃節鹹酸減思慮損喜怒除馳逐慎房室武帝行之有勳彭祖曰人受氣雖不知方術但養之得理常壽一百二十歲不得此者皆傷之也少復曉道可得二百四十歲復微加藥物可得四百八十歲若庶亦云道養得理上可壽千歲下可壽百歲

彭祖曰養壽之法但莫傷之而已夫冬溫夏涼不失四時之和所以適身也重衣厚褥體不堪苦以致風寒之疾厚味脯脂醉飽飲飲以致聚結之疾美色妖麗嬪幸盈房以致虛損之禍淫聲象音怡心悅耳以致荒耽之惑馳騁遊觀弋獵原野以致荒狂之失謀得戰勝兼弱取亂以致驕逸之敗蓋聖賢或失其理也然養生之具譬猶水火不可失適反為害耳彭祖曰人不知道經服藥損傷血氣不足內理空疎髓腦不實內已先病故為外物

所犯風寒酒色以發之耳若本充實豈有病乎仙人曰罪莫大於淫禍莫大於貪婪莫大於饒此三者禍之車小則危身大則危家若欲延年少病者誠勿施精施精命夫殘勿大溫消骨髓勿大寒傷肌肉勿咳唾失肌汁勿卒呼驚魂魄勿久泣神悲感勿恚怒神不樂勿念內志恍惚能行此道可以長生

雜戒忌穢災祈善

久視傷血久卧傷氣久立傷骨久行傷筋久坐傷肉遠思強健傷人憂事悲哀傷人喜樂過差傷人忿怒不解傷人汲汲所願傷人戚戚所患傷人寒暖未節傷人陰陽不交傷人凡交須依導引諸術若能避眾傷人事而復晚陰陽之術則是不死之道大樂氣飛揚大愁氣不通用精令人氣力之多睡令人目盲多唾令人心煩貪美食令人洩痢俗人但知貪於五味不知有元氣可飲聖人知五味之毒焉故不貪知元氣可服故閉口不言精氣息應也唾不咽則氣澹不潤氣海不潤則津液乏是以服元氣飲醴漿乃延年之本也沐

浴無常不言夫婦同浴不言新沐浴及醉飽速行歸還大疲倦並不可行房室之事生病切慎之丈夫勿頭北向卧令人神不安多愁忘勿跛并今古大忌若見十步地牆勿頓牆坐卧被風吹發癩癩疾勿怒目久視日月使目睛失明凡大汗勿脫衣不慎多患偏風半身不遂新沐浴訖不得露頭當風不幸得大風刺風疾觸寒末勿面臨火上成癩起風眩頭痛勿跂床聽脚火成血痺足重腰疼凡脚汗勿入水作骨痺亦作遺疾久忍小便脉冷兼成冷痺凡食熱物汗出勿盪風發症頭痛令人目眩饒睡凡欲眠勿歌詠不祥眠起勿大語損人氣凡飛鳥投人不可食鳥若開口及毛下有瘡並不可食之凡熱泔洗頭冷水濯成頭風凡人卧頭邊勿安火爐令人六神不安冬日溫足凍腦春秋腦足俱凍此乃聖人之常法也凡新哭泣訖便食即成氣病夜卧勿覆頭婦人勿跂竈坐大忌凡唾不用速遠即成肺病令人手重背疼咳嗽凡人魔勿點燈照定魔死暗喚之即吉亦不可近前及

急莫凡人卧勿開口久成病渴并失血色凡  
旦起勿以冷水開目洗面令人目溢失明饒  
淚凡行途中觸熱逢河勿洗面生鳥獸人睡  
訖忽覺勿飲水更卧成水痺凡時病新汗解  
勿飲冷水損人心腹不平復凡空腹不可見  
聞臭屍氣入鼻令人成病凡欲見死屍皆須  
先飲酒及咬蒜辟毒氣凡小兒不用令指月  
兩耳後生瘡欲斷名月會瘡搗蝦蟆末傳即  
差并別餘瘡並不生凡產婦不可見狐臭人  
善令產婦著腫凡人卧不用隱臍下令人六  
神不安凡卧春夏欲得頭向東秋冬頭向西  
有所利益凡丈夫飢欲得坐小便飽則立小  
便令人無病凡人睡欲得屈膝側卧益人氣  
力凡卧欲得數轉側語笑欲令至少莫令聲  
高大春欲得瞑卧早起夏秋欲得侵夜卧早  
起冬欲得單卧晏起皆有所益雖云早起莫  
在鷄鳴前晏起莫在日出後冬日天地閉陽  
氣藏人不欲作勞出汗發洩陽氣損人新沐  
浴訖勿當風結髮勿以濕髮卧使人患頭風  
眩悶髮充面腫齒痛耳聾濕衣及汗水皆不

可著久令發瘡及患風者君曰正月旦中庭  
向實地再拜呪曰某甲年年受大道之恩太  
清玄門願還某甲去歲之年男女皆三通自  
呪常行此道延年玄女有清神之法淮南有  
相憲之呪成欲體合真靈護生者也仙經秘  
要常存念心中有氣大如鷄子內赤外黃辟  
眾邪延年也欲却眾邪百鬼常存念為炎火  
如斗煌煌光明則百邪不敢干人可入瘟疫  
之中暮卧常存赤氣在外白氣在內以覆  
身辟眾邪鬼魅老君曰凡入求道勿犯五逆  
六不祥有犯者凶大小便向西一逆向北二  
逆向日三逆向月四逆仰視天及星辰五逆  
夜起裸形一不祥旦起嘆恚二不祥向竈罵  
詈三不祥以足向火四不祥夫妻晝合五不  
祥怨恚師父六不祥凡人旦起常言善事天  
與之福凡言奈何歌嘯名曰請禍慎勿上牀  
卧歌凶始卧伏卧床凶飲食伏床凶以起筋  
擊盤上山司陰之神在人口左人有陰禍司  
陰白之於天天則考人魂魄司殺之神在人  
口右人有惡言司殺白之於司命司命記之

罪滿即殺二神監口惟向人求非安可不慎  
言舌者身之兵革善惡由之而生故道家所  
忌飲玉泉者令人延年除百病玉泉者口中  
唾也鷄鳴平旦日中晡時黃昏夜半一日一  
夕凡七漱玉泉飲之每飲輒滿口咽之延年  
髮血之窮齒骨之窮爪筋之窮千過梳髮髮  
不白朝夕啄齒齒不齧爪不數截筋不替人  
常數欲照鏡謂之存形形與神相存此其意  
也若矜容顏色自愛說不如勿照凡人常以  
正月一日二月二日三月三日四月八日五  
月一日六月二十七日七月十一日八月八  
日九月二十一日十月十四日十一月十一  
日十二月三十日但常以此日取枸杞葉煮  
作湯沐浴令人光澤不病不老月蝕宜教人  
除殃活萬人與天同功天不好殺聖人則之  
知不好之者是助天地長養故招辟福善事  
可說惡事默之則使之延命也

服氣療病

元陽經曰常以鼻內氣含而漱滿舌料唇齒  
咽之一日一夜得千咽甚佳當少飲食多則

氣逆百脉閉百脉閉則氣不行氣不行則生病玄末曰志者氣之帥也氣者體之充也甚者遂其生惡者喪其形政行氣之法少食自節動其形和其氣志意專一固守中外上下俱閉神周形骸調暢四溢修守闕元滿而足實因之而衆邪自出彭祖曰常閉氣內息從平旦至日中乃跪坐拭目摩搦身體抵脣咽唾服氣數十乃起行言笑其偶有疲倦不安便導引閉氣以攻所患必行其身頭面九竅五藏四肢至于髮端皆令所在覺其氣雲行體中起於鼻口下連十指末則澄和真神不須針藥灸刺凡行氣欲除百病隨所在作念之頭痛念頭足痛念足和氣往攻之從時至時便自消矣時氣中冷可閉氣以取汗汗出周身則解矣行氣閉氣雖是治身之要然當先達解其理趣又宜空虛不可飽滿若氣有結滯不得空流或致瘡瘍譬如泉源不可壅遏若食生魚生菓肥肉及喜怒憂憂不除而以行氣令人發上氣凡欲學行氣皆當以漸劉安曰食生吐死可以長存謂鼻內氣為生

也凡人不能服氣從朝至暮常習不息徐而舒之但令鼻內口吐所謂吐故納新也服氣經曰道者氣也保氣則得道得道則長存神者精也保精則神明神明則長生精者血脉之川流守骨之靈神也精去則骨枯骨枯則死矣是以為道務實其精從夜半至日中為生氣從日中後至夜半為死氣當以生氣時正偃卧瞑目握固固者如嬰兒之握拳以四指押大母指也閉氣不息於心中數至二百乃口吐氣出之日增息如此身神具五藏安能閉氣至二百五十息華蓋明華蓋明則耳目聰明舉身無病邪不忤人也凡行氣以鼻內氣以口吐氣微而引之名曰長息內氣有一吐氣有六內氣一者謂吸也吐氣六者謂吹呼唏呵噓咽皆出氣也凡人之息一呼一吸元有此數發為長息吐氣之法時寒可吹溫可呼委曲治病吹以去熱呼以去風唏以去煩呵以下氣噓以散滯咽以解極凡人極者則多噓咽道家行氣多不欲噓咽噓咽者長息之心也此男女俱存法法出於仙經

行氣者先除鼻中毛所謂通神之路若天惡風猛大寒大熱時勿取氣明醫論云疾之所起自生五勞五傷既用二藏先損心腎受邪府藏俱病五勞者一曰志勞二曰思勞三曰心勞四曰憂勞五曰疲勞五勞則生六極一曰氣極二曰血極三曰筋極四曰骨極五曰精極六曰髓極六極即為七傷七傷故變為七痛七痛為病令人邪氣多正氣少忽忽甚怒悲傷不樂飲食不生肌膚顏色無澤髮白枯槁甚者令人得大風偏枯筋縮四肢拘急攣攣百關節塞羸瘦短氣腰脚疼痛此由早娶用精過差血氣不足極勞之所致也凡病之來不離於五藏事須識相若不識者勿為之耳心藏病者體有冷熱呼吸二氣出之肺藏病者背膈脹滿噓出之脾藏病者體上遊風飄飄身痒疼悶喘氣出之肝藏病者眼疼愁憂不樂呵氣出之已上十二種調氣法但常以鼻引氣口中吐氣當令氣聲逐字吹呼噓呵唏咽吐之若患者依此法皆須恭敬用心為之無有不差此即愈病長生要術也

導引按摩

導引經云清旦未起啄齒二七閉目捏固漱  
漏唾三咽氣尋閉而不息自極極乃徐徐出  
氣滿三止便起狼踞鴟顧左右自搖曳不息  
自極復三便起下床搖固不息頻踵三還上  
一手下一手亦不息自極三又叉手項上左  
石自了床不息復三又伸兩足及叉手前却  
自極復三皆當朝暮為之能數尤善平旦以  
兩掌相摩令熱熱眼三過次又以指按目四  
皆令人目明按經云拘兔門制魄戶名曰握  
固與魂魄安門戶也此固精明目留年遠魄  
之法若能終日握之邪氣百毒不得入推固  
法屈大姆指於四小指下把之積習不止即  
眼中亦不復開一說云今人不遭魔魅內解  
云一曰精二曰唾三曰淚四曰涕五曰汗六  
曰溺皆所以損人也但為損者有輕重耳人  
能終日不涕唾隨有漱漏咽之若恒含漿核  
咽之令人愛氣生津液此大要也謂取津液  
非咽核也常每旦琢齒三十六通能至三百  
彌佳令人齒堅不痛次則以舌漱滿口中

津液咽之三過止次摩指少陽令熱以熨目  
滿二七止令人目明每旦初起以兩手掩兩  
耳極上下熱接之二七止令人耳不聾次又  
啄齒漱玉泉三咽縮鼻閉氣右手從頭上引  
左耳二七復以左手從頭上引右耳二七止  
令人延年不聾次又引兩鬢髮舉之一七則  
總取髮兩手向上極勢擡上一七令人血氣  
通頭不白又法摩手令熱以摩面從上至下  
去邪氣令人面上有光彩又法摩手令熱摩  
身體從上至下名曰乾浴令人勝風寒時氣  
熱頭痛百病皆除夜欲卧時常以兩手措摩  
身體名曰乾浴辟風邪峻坐以左手托頭仰  
右手向上盡勢托以身并手振動三右托頭  
振動亦三除人睡間平旦日未出前面向南  
峻坐兩手托脛盡勢振動三令人面有光澤  
生且起未梳洗前峻坐以左手握右手於左  
脛上前却盡勢接左脛三又以右手握左手  
於右脛上前却接右脛亦三次又兩手向前  
盡勢推三次又又兩手向脛前以兩肘向前  
盡勢三次直引左臂捲曲右臂如挽一斛五

斗弓盡力為之右手挽弓勢亦然次以右  
手托地左手仰托左盡勢右亦然次捲兩手  
向前舉各三七次捲左手盡勢向背手握指  
三右手亦如之療背膊臂肘勞氣數為之彌  
佳平旦便轉訖以一長拄杖策腋垂左脚於  
床前徐峻盡勢掣左脚五七迴右亦如之療  
脚氣疼悶腰腎冷氣冷痺及膝冷並主之日  
夕三掣彌佳勿大飽及忍小便掣如不用拄  
杖但遣所掣脚不着地手扶一物亦得晨夕  
梳頭滿一千梳大去頭風令人髮不白梳訖  
以鹽花及生麻油搓頭頂上彌佳如有神明  
膏搓之甚佳且欲梳洗時叩齒一百六十隨  
有津液便咽之訖以水漱口又更以鹽末措  
齒即含取微酢清漿半小合許熱漱取鹽湯  
吐洗兩目訖以冷水洗面不得遺冷水入眼  
中此法齒得堅淨目明無淚水無龋齒平旦  
洗面時漱口訖咽一兩咽冷水令人心明淨  
去宵臆中熱雜國華佗善養生弟子廣陵吳  
普彭城英阿授術於佗佗嘗語普曰人體欲  
得勞動但不當使極耳人身常搖動則穀氣

消血脉流通病不生譬猶戶樞不朽是也古之仙者及漢時有道士君情者為導引之術作猿經鸚鵡引挽腰體動諸關節以求難老也吾有一術名曰五禽戲一曰虎二曰鹿三曰熊四曰猿五曰鳥亦以除疾兼利手足以常導引體中不快因起作一禽之戲遣微汗出即止以粉塗身即身體輕便腹中思食具香行之年九十餘耳目聰明牙齒堅完與食如少壯也虎戲者四肢距地前三腳却二腳長引腰乍却仰天即返距行前却各七過也鹿戲者四肢距地引項反顧左三右二左右伸脚伸縮亦三亦二也熊戲者正仰以兩手抱膝下舉頭左僻地七右亦七蹲地以手左右托地猿戲者攀物自懸伸縮身體上下一七以脚拘物自懸左右七手鉤却立按頭各七鳥戲者雙立手翹一足伸兩臂揚眉鼓力右二七坐伸脚手挽足距各七縮伸二臂各七也夫五禽戲法任力為之以汗出為度有汗以粉塗身消穀食益除百病能存行之者必得延年又有法安坐未食前自按摩以兩

手相叉伸臂股導引諸脉勝於湯藥正坐仰天呼出飲食醉飽之氣立消夏天為之令人涼矣

雲笈七籤卷之三十二

雲笈七籤卷之三十三

此卷高書卷之始其書錄諸神靈覺悟之書是

仕三

雜修攝

攝養枕中方

太白山處士孫思邈 撰

夫養生繕性其方存於卷者甚眾其或幽微秘密疑未悟之心至於澄神內觀遊玄採真故非小智所及常思所尋設能及之而志不能守之事不從心術即不驗誠由前之誤交切而難遣攝衛之道賒遠而易違是以混然同域絕而不思者也稽叔夜悟之大得論之未備所以將來志士覽而懼焉今所撰錄並在要典事雖隱秘皆易知易為以捕斯闕其學者不違情欲之性而俯仰可從不棄耳目之說而顧盼可法旨約而用廣業少而功多余研數方書蓋亦久矣搜求秘道略無遺餘自非至妙至神不入茲錄誠信誠効始冠于篇取其弘益以貽後代苟非其道慎勿虛傳傳非其人殃及三世凡著五章為一卷與我同志者實而行之云爾

夫天道盈缺人事多屯居處屯危不能自慎而能對濟者天下無之故養生之士不知自慎之方未足與論養生之道也故以自慎為首焉夫聖人安不忘危恒以憂畏為本管無所畏忌則庶事墮壞經曰人不畏威則大威至矣故以治身者不以憂畏朋友遠之治家者不以憂畏奴僕侮之治國者不以憂畏隣境侵之治天下者不以憂畏道德去之故憂畏者生死之門禮教之主存亡之由禍福之本吉凶之元也是故仕無憂畏則身名不立農無憂畏則稼穡不滋工無憂畏則規矩不設商無憂畏則貨殖不廣子無憂畏則孝敬不篤父無憂畏則慈愛不著臣無憂畏則勳庸不建君無憂畏則社稷不安養生者失其憂畏則心亂而不治形躁而不寧神散而氣越志蕩而意昏應生者死應死者亡應成者敗應吉者凶其憂畏者其猶水火不可暫忘也人無憂畏子弟為勸敵妻妾為寇仇是以太上畏道其次畏物其次畏人其次畏身故

憂於身者不拘於人是於己者不制於彼慎於小者不懼於大戒於近者不悔於遠能知此者水行蛟龍不得害陸行虎兇不能傷處世誇謙不能加善知此者萬事畢矣夫萬病橫生年命橫夭多由飲食之患飲食之患過於聲色聲色可絕之踰年飲食不可廢於一日為益既廣為患亦深且滋味百品或氣勢相伐觸其禁忌更成沉毒緩者積年而成病急者災患而卒至也

酒漿果瓜相妨或當時不覺即病入秋節變生多諸暴下皆由涉夏取冷太過飲食不節故也而或者以病至之日便為得病之初不知其所由來者漸矣欲知自慎者當去之於微也夫養生者當少思少念少欲少事少語少笑少愁少樂少喜少怒少好少惡行此十二少者養生之都契也多思則神殆多念則志散多欲則損智多事則形勞多語則氣爭多笑則傷藏多愁則心懾多樂則意溢多喜則忘錯昏亂多怒則百脉不定多好則專迷

不理多惡則憔悴無歡此十二多不除喪生之本也唯無多無少幾乎道也故處士少疾遊子多患繁簡之殊也是故田夫壽膏粱天嗜欲多少之驗也故俗人競利道士罕營天常人不可無欲又復不可無事但約私心約

狂念請躬損思則漸漸自息耳封君達云體欲常勞食欲常少勞勿過極少勿過虛恒去肥饒節鹹酸減思慮捐喜怒除馳逐慎房室春夏施瀉秋冬閉藏又魚膾生肉諸腥冷之物此多損人速宜斷之彌大善也心常念善不欲謀欺詐惡事此大辱神損壽也彭祖曰重衣厚褥體不堪苦以致風寒之疾甘味脯脂餽飽餐飯以致致痼結之病美色妖麗以致虛損之禍淫聲哀者怡心悅耳以致荒耽之惑馳騁遊觀獵原野以致發狂之迷謀得戰勝取亂兼弱以致驕逸之欺斯蓋聖人戒其失理可不思以自勗也夫養生之道勿久行久坐久聽久視不强食不强飲亦不可憂思愁怨飢乃食渴乃飲食止行數百步大益人夜勿食若食即行約五

里無病損日夕有所管為不住為佳不可至  
疲極不得大安無所為也故曰流水不腐戶  
樞不蠹以其勞動不息也

想爾曰想爾蓋仙人名勿與人爭曲直當減  
人算壽若身不寧反舌塞喉秋漏咽夜無數

須臾即愈道人疾閉目內視使心生火以火  
燒身燒身全盡存之使精神如髮繁茂即愈  
若有痛處皆存其火燒之秘驗

仙經禁忌

凡甲寅日是尸鬼競亂精神躁擾之日不得  
與夫妻同席言語面會必當清淨沐浴不寢  
警備也

凡服藥物不欲食蒜石榴猪肝犬肉

凡服藥勿向北方大忌

凡亥子日不可唾滅損年壽

凡入山之日未至百步先却百步足反登山  
山精不敢犯人

凡求仙必不用見尸

又忌三月一日不得與女人同處

仙道忌十敗

一勿好淫二勿為陰賊凶惡三勿酒醉四勿  
穢慢不淨五勿食父命本命肉六勿食已本  
命肉七勿食一切肉八勿食生五辛九勿殺  
一切蠅蟲眾生十勿向比大小便仰視三光

仙道十戒

勿以八節日行威刑勿以贖朔日怒勿以六  
甲日食鱗甲之物勿以三月三日食五藏肉  
百草心勿以四月八日殺伐樹木勿以五月  
五日見血勿以六月六日起土勿以八月四  
日市附足之物勿以九月九日起牀帶勿以  
八節日雜處

學仙雜忌

若有崇奉六天及事山川魔神者勿居其室  
勿饗其饌  
右已上忌法天人大戒或令三鬼相嫉七鬼  
流競或胎神所懼三官受惡之時也若能奉  
修則為仙材不奉修失禁則為傷敗  
天陰丹內御房中之術七九朝精吐納之要  
六一迴丹雄雌之法雖獲仙名而上清不以  
比德雖均至化而太上不以為高未弘至道

豈觀玄閭勿親經孕婦女時購華池酣世自  
樂舍真獨卧古之養生尤須適意不知秘術  
詎可怕乎勿抱嬰兒仙家大忌

夫建志內學養神求仙者常沐浴以致靈氣  
如學道者每事須令密泄一言一事輒減一  
算一算三日也

凡咽液者常閉目內視學道者常當別處一  
室勿與人雜居者淨衣燒香

凡書符當北向勿雜用筆硯

凡耳中忽聞啼呼及雷聲鼓鳴若鼻中聞臭  
氣血腥者並凶兆也即燒香沐浴齋戒守三  
元帝君求乞救護行陰德為人所不能為行  
人所不能行則自安矣

夫喜怒損志及樂害性榮華惑德陰陽竭精  
皆學道之大忌仙法之所疾也

夫習真者都無情慾之惑男女之想也若丹  
白存於胸中則真氣不應靈女上尊不降陰  
氣所接永不可以修至道吾常恨此賴改之  
速耳所以真道不可以對求要言不可以偶  
聽慎之哉

聽慎之哉

常以兩手摩拭一面上令人有光澤斑斕不生行之五年色如少女摩之令二七而止卧起手氣正坐先叉手掩項目向南視上使項與手爭為之三四人精和血脉流通風氣不入行之不病又屈動身體四極反張側掣宣搖百關為之各三

又卧起先以手內著厚帛拭項中四面及耳後周匝熱溫溫如也順髮摩頂良久摩兩手以治面目久久令人目自明邪氣不干都畢咽液三十過導內液咽之又欲數按耳左右令無數令耳不聾鼻不塞

常以生氣時咽液二七過按體所痛處每坐常閉目內視存見五臟六腑久久自得分明了了

常以手中指接目近鼻兩管兩管日精明也閉氣為之氣通乃止周而復始行之周視萬里  
常以手按兩眉後小穴中此處日之通氣者也三九過又以手心及指摩兩目及額上又

以手旋耳各三十過皆無數時節也畢以手逆乘額上三九過從眉中始乃上行入髮際中常行之勿語其狀久而上仙修之時皆勿犯華蓋畢蓋眉也

行氣

凡欲求仙大法有三保精引氣服餌凡此三事亦階淺至深不過至人不涉動苦亦不可卒知之也然保精之術列叙百數服餌之方略有千種皆以勤勞不強為務故行氣可以治百病可以去瘧疫可以禁蛇獸可以止痛血可以居水中可以辟飢渴可以延年命其大要者胎息而已胎息者不復以口鼻呼吸如在胞胎之中則道成矣

夫善用氣者噓水水為逆流噓火火為滅矣噓虎豹虎豹為之伏匿噓瘡血瘡血則止聞有毒蟲所中雖不見其人便連為噓呪我手男左女右彼雖百里之外皆愈矣又中毒卒病但吞三九當作九之氣亦登時善也但人性多躁少能安靜所以修道難成

凡行氣之道其法當在密室閉戶安牀暖席

枕高二寸半正身偃卧眼目閉氣自止於胸隔以鴻毛著鼻上毛不動經三百息耳無所聞目無所見心無所思當以漸除之耳若食生冷五辛魚肉及喜怒憂恚而引氣者非止無益更增氣病上氣放逆也不能閉之即精學之初起三息五息七息九息而一舒氣更窮之能十二息氣是小通也百二十息不舒氣是大通也此治身之大要也常以夜半之後生氣時閉氣以心中數數令耳不聞恐有誤亂以手下焉能至於千即去仙不遠矣

凡吐氣令人多出少入恒以鼻入口吐若天大霧惡風猛寒勿行氣但閉之為要妙也彭祖曰至道不煩但不思念一切則心常不勞又復導引行氣胎息真爾可得千歲更服金丹大藥可以畢天不朽清齋休粮存日月

在口中晝存日夜存月令大如環日赤色有紫光九七月黃色有白光十芒存咽服光芒之液常密行之無數若修存之時恒令日月還面明堂中日在左月在右令二景與目瞳合氣相通也所以倚運生精理利魂神六丁



奉侍天兵衛護此真道也凡夜行及眠卧心  
有恐者存日月還入明堂中須臾百邪自滅  
山居恒爾凡月五日夜半存日象在心中心日  
從口入使照一身之內與日共光相合會當  
覺心腹霞光映照早咽液九過到十五日二  
十五日亦如是自得百關通暢面有玉光又  
男服日象女服月象一日勿廢使人聰明朗  
徹五藏生華

守一

夫守一之道眉中知行一寸為明堂二寸為  
洞房三寸為上丹田中丹田者心也下丹田  
者臍下一寸二分是也一一有服色姓名出  
黃庭經中男子長九分女子長六分昔黃帝  
到峨嵋山見皇人於玉臺中帝請問真一之  
道皇人曰長生飛仙則唯金丹守形却老則  
獨真一故仙重焉凡諸思存乃有千數以自  
衛率多煩雜勞人若知守一之道則一切不  
須也仙師曰凡服金丹大藥雖未去世百邪  
不敢近人若服草木小藥餌八石適可除病  
延年不足以覆外禍或為百鬼所枉或為太

山橫召或為山神所輕或為精鬼所侵唯有  
真一可以一切不畏也守一法具在真人守  
一經中

太清存神鍊氣五時七候訣

夫身為神氣為窟宅神氣若存身康力健神  
氣若散身乃謝焉若欲存身先安神氣即氣  
為神母神為氣子神氣若具長生不死若欲  
安神須鍊元氣氣在身內神安氣海氣海充  
盈心安神定若神氣不散身心凝靜靜至定  
俱身存年永常住道元自然成聖氣通神境  
神通性慧命注身存合於真性日月齊齡道  
成究竟依銘鍊氣欲學此術先須絕粒安心  
氣海存神丹田攝心淨慮氣海若俱自然飽  
矣專心修者百日小成三年大成初入五時  
後過七候神靈變化出沒自存峭壁千里去  
住無礙若不散即氣海充盈神靜丹田身  
心永固自然迴顏駐色變體成仙隱顯自由  
通靈百變名曰度世號曰真人天地齊年日  
月同壽此法不服氣不咽津不辛苦要喫但  
喫須休即休自在自由無礙五時七候入胎

定觀耳

五時

第一時心動多靜少思緣萬境取捨無常念  
慮度量猶如野馬常人心也  
第二時心靜少動多攝動入心而心散逸難  
可制伏攝之動策進道之始  
第三時心動靜相半心靜似攝未能常靜靜  
散相半用心動策漸見調熟  
第四時心靜多動少攝心漸熟動即攝之專  
注一境失而遽得  
第五時心一向純靜有事觸亦不動由攝心  
熱堅固准定矣  
從此已後處顯而入七候任運自得非關作  
矣

七候

第一候宿疾並銷身輕心暢停心在內神靜  
氣安四大通然六情沉寂心安玄竟抱一守  
中喜悅日新名為得道  
第二候超過常限色返童顏形悅心安通靈  
徹視移居別郡揀地而安隣里之人勿令舊

識

第三候延年千載名曰僊人遊諸名山飛行

自在青童侍衛玉女歌揚騰躡烟霞絳雲捧

足

第四候鍊身成氣氣遠身光名曰真人存亡

自在光明自照晝夜常明遊諸洞宮諸仙侍

立

第五候鍊氣為神名曰神人變通自在作用

無窮力動乾坤移山竭海

第六候鍊神合色名曰至人神既通靈色形

不定對機施化應物現形

第七候高超物外迥出常倫大道玉皇共居

靈境賢聖集會弘演至真造化通靈物無不

達修行至此方到道源萬行休停名曰究竟

今時之人學道日淺曾無一候何得通靈但

守愚情保持穢質四時遷運形姿色表體謝

歸空稱為得道諍矣此胎息定觀乃是留神

駐形真元祖師相傳至此最初真人傳此術

術在口訣几書在文有德志人方遇此法細

詳留意必獲無疑賢智之人達斯聖文矣

雲笈七籤卷之三十三

雲笈七籤卷之三十四

廿四

舊本此書卷之三十四卷之三十五卷之三十六

雜修攝

太清導引養生經凡十二事

亦松子者神農時雨師能隨風上下至高辛

氏時猶存導引術云導引除百病延年益壽

朝起布席東向為之息極乃止不能息極五

通止此自當日日習之久久知益

常以兩手又頭上挽至地五翕五息止脹氣

又側臥左肘肘地極掩左手腦復以右手肘

肘地極掩右手腦五息止引筋骨

以兩手撐右膝上至腰腎起頭五息上引腰

氣右手撐腰左膝右手極止引復以左手撐

腰右膝左手極上引皆五息止引心腹氣左

手撐腰右手極上引復以右手撐腰左手極

上引五息止引腹中氣

又手胸膈前左右搖頭不息自極止引面耳

邪氣不復得入

兩手支腰下左右自極自極止通血脈

兩手相叉極左右引肩中氣

兩手相叉反於頭上左右自調引肺肝中氣  
兩手又胸前左右極引除皮膚中煩氣  
兩手相叉左右舉肩引皮膚氣  
正立左右搖兩胫引脚氣

審先生導引養生法琅琊龜鶴等氣注附

審先生者黃帝時人也為陶正能積火自燒而隨烟上下衣裳不灼先生曰夫欲導引行氣以除百病今年不老者常心念一以還丹田夫生人者丹救人者還全則延年丹去尸存乃天所以導引者令人肢體骨節中諸邪氣皆去正氣存處有能精誠勤習理行之動作言語之間晝夜行之骨節堅強以愈百病若卒得中風病因瘵癘不隨耳聾不聞頭眩癱疾欬逆上氣腰背苦痛皆可按圖視像於其疾所在行氣導引以意排除去之行氣者則可補於中導引者則可治於四肢自然之道但能動行與天地相保  
解髮東向握固不息一通舉手左右導引手掩兩耳令髮黑不白  
東向坐不息再通以兩手中指口啣之二七

相摩拭目令人目明  
東向坐不息三通手掩鼻兩孔治鼻宿息肉愈  
東向坐不息四通琢齒無數伏前側坐不息六通愈耳聾目眩還坐不息七通愈胸中膈

效  
抱兩膝自企於地不息八通愈胸以上至頭耳目咽鼻疾  
去枕握固不息企於地不息九通東首令人氣上下通徹鼻內氣愈羸弱不能從陰陽法大陰霧勿行之

蝦蟇行氣法  
正坐自動搖臂不息十二通愈勞及水氣左右側卧不息十二通治痰飲不消右有飲病右側卧左有飲病左側卧有不消者以氣排之日初出日中日入時向日正立不息九通仰頭吸日精光九咽之益精百倍若入大垂兩臂不息即不傷

又法面南方蹲踞以兩手從膝中入掌足五指令內曲利腰尻完治淋遺溺愈

其踞交兩脚手內並脚中又叉兩手極引之愈寐中精氣不泄矣兩手交叉順下自極致肺氣治暑氣瘧

舉右手展左手坐以右脚上掩左脚愈尻完痛  
舉手交頭上相握自極治腦下痛  
舒左手以右手在下握左手拇指自極舒右手以左手在下握右手拇指自極皆治骨節酸爽

掩兩脚兩手指著足五指上愈腰折不能低若血久瘀為之愈佳足五指愈腰背痛不能反顧頸痛  
以右手從頭上來下又挽下手愈頸不能反顧  
坐地掩左手以右手指搭肩挽之傾側愈腰膝及小便不通

龜鶴等氣法  
龜鶴行氣以衣覆口鼻不息九通正卧微微鼻出內氣愈塞不通反兩手據膝上仰頭像鼈取氣致元氣至丹田治腰骨不知痛手大

鼈取氣致元氣至丹田治腰骨不知痛手大

拇指急捻鼻孔不息即氣上行致泥九腦中  
今陰陽從數至不倦以左手急捉髮右手還  
項中所謂血脉氣各流其根閉巨陽之氣使  
陰不泄信明皆利陰陽之道也

正坐以兩手交背後名曰帶縛愈不能大便  
利腹愈虛羸註

坐地以兩手交叉又其下愈陰滿  
以兩手捉繩轆轤倒懸令脚反在其上愈頭  
眩風癩以兩手牽反著背上挽繩自懸中愈  
不專精食不得下

以一手上牽繩下手自持脚愈尻久痔  
坐地直舒兩脚以兩手叉挽兩足自極愈腸  
不能受食吐逆

東向坐仰頭不息五息五通以舌擦口中沫  
滿二七咽愈口乾苦

厲行氣低頭倚臂不息十二通以意排留飲  
宿食從下部出息愈

龍行氣低頭下視不息十二通愈風疥惡瘡  
熱不能入咽可候病者以向陽明仰臥以手  
摩腹至足以手持引足低臂十二不息十二

通愈脚足濕痺不任行腰骨痛  
以兩手著項相叉治毒不愈腹中大氣即吐  
之

翁月精法

翁月精凡月初出時月中時月入時向月正  
立不息八通仰頭翁月精八咽之令陰氣長  
婦人喻之陰精益盛子道通  
凡入水舉兩手臂不息沒  
面向北方箕踞以手挽足五指愈伏免瘵尻  
筋急

箕踞以兩手從曲脚入擦地曲脚加其手舉  
尻其可用行氣愈淋瀝乳痛  
舉脚交叉項以兩手擦地舉尻持任息極交  
脚項上愈腹中愁滿去三蟲利五藏  
蹲踞以兩手舉足蹲極橫治氣衝腫痛寒疾

致腎氣法蹲踞以兩手舉足五指低頭自極  
則五藏氣總至治耳不聞目不明久為之則  
令人髮白復黑

彭祖導引法凡十事

彭祖者殷大夫歷夏至商比年七百常食桂

得道導引法云導引除百病延年益壽要術  
也

凡十節五十息五通二百五十息欲為之常  
於夜半至雞鳴平旦為之禁飽食沐浴

一凡解衣被卧伸腰瞑少時五息止引腎氣  
去滯涓利陰陽

二挽兩足指五息止引腹中氣去疝瘕利九  
竅

三仰兩足指五息止引腹背痺偏枯令人耳  
聰

四兩足相向五息止引心肺去放逆上氣

五踵內相向五息止除五絡之氣利腸胃去  
邪氣

六掩左脛屈右膝內厭之五息止引肺氣去  
風虛令人目明

七張脚兩足指五息止令人不轉筋

八仰卧兩手牽膝置心上五息止愈腰痛  
九外轉兩足十通止治諸勞  
十解髮東向坐握固不息一通舉手左右導  
引以手掩兩耳以指指兩脉邊五通令人目

明髮黑不白治頭風

王子喬導引法 凡三十四事

王子喬八神導引法延年益壽除百病導引法曰枕當高四寸足相去各五寸半去身各三寸解衣披髮正偃卧勿有所念定意乃以鼻徐內氣以口出之各致其藏所竟而復始欲休先極之而止勿強長息久習乃自長矣氣之往來勿令耳聞鼻無知微而專之長逐推之伏免股肱以省為貴若存若亡為之百動腹鳴氣有外聲足則溫成功之士何疾而已喉嚨如白銀環一十重繫膺下去得肺肺色白澤前兩葉高後兩葉卑心繫其上下大下銳大率亦如荏華未拆倒懸著肺下也肝又繫其下色正青如兔翁頭也六葉抱胃前兩葉高後四葉卑膈繫其下如綠綵囊膈在中央亦抱胃正黃如金鏤也腎如兩伏鼠挾脅直齋肘而居欲得其居高也其色正黑肥肪絡之白黑昭然胃如素囊念其屈折右曲無污穢之患肺藏魄心藏神肝藏意腎藏志此名曰神舍神舍修則百脉調邪病無所居

矣小腸者長九赤法九州一云九土小腸者

長二文四人諸欲導引虛者閉目實者開目以所苦行氣不用第七息止徐徐往來度二百步所却坐小咽氣五六不差復如法引以愈為効諸有所苦正偃卧被髮如法徐徐以口內氣填腹自極息欲絕徐徐以鼻出氣數十所虛者補之實者瀉之閉口溫氣咽之三十過候腹中轉鳴乃止往來二百步不愈復為之病在喉中胸中者枕高七寸病在心下者枕高四寸病在膈下者去枕以口出氣鼻內氣者名曰補閉口溫蒸咽之者名曰瀉閉氣治諸病法欲引頭病者仰頭欲引腰脚病者仰足十指欲引胸中病者挽足十指引臂病者欲去腹中寒熱諸所不使若中寒身熱皆閉氣張腹欲息者徐以鼻息已復為至愈乃止一平坐坐腰脚兩臂復手緣地口徐吐氣以鼻內之除胸中肺中痛咽氣令溫閉目也二端坐生腰以鼻內氣閉之自前後搖頭各三十除頭虛耗轉地閉目搖之三左脇側卧以口吐氣以鼻內之除積聚心

下不便

四坐生腰徐以鼻內氣以右手持鼻除目昏淚若出去鼻中息肉耳聾亦除傷寒頭痛洗洗皆當以汗出為度五正偃卧以口徐出氣以鼻內之除裏急飽食後小咽咽氣數十令溫若氣寒者使人乾嘔腹痛從鼻內氣七十咽即大填腹內六右脇側卧以鼻內氣以口小吐氣數十兩手相摩熱以摩腹令其氣下出之除脇皮膚痛七息止七端坐坐腰直上展兩臂仰兩手掌以鼻內氣閉之自極七息名曰蜀王臺除脇下積聚八覆卧去枕立兩足以鼻內氣四四所復以鼻出之極令微氣入鼻中勿令鼻知除身中熱背痛九端坐坐腰舉左手仰其掌却右手除兩臂背痛結氣十端坐兩手相又抱膝閉氣鼓腹二七或三七氣滿即吐候氣皆通暢行之十年老有少容

十一端坐生腰左右傾側閉目以鼻內氣除頭風自極七息止

十二若腹中滿飲食飽坐生腰以鼻內氣數十以便為故不便復為之有寒氣腹中不安亦行之

十三端坐使兩手如張弓滿射可治四肢煩悶背急每日或時為之佳

十四端坐生腰舉右手仰掌以左手承左脇以鼻內氣自極七息除胃寒食不變則愈

十五端坐生腰舉左手仰掌以右手承右脇以鼻內氣自極七息除瘀血結氣等

十六兩手却據仰頭自以鼻內氣因而咽之數十除熱身中傷死肌肉等

十七正偃臥端展足臂以鼻內氣自極七息搖足三十而止除胸足中寒周身痺厥逆嗽

十八偃臥屈膝令兩膝頭內向相對手翻兩足生腰以鼻內氣自極七息除痺熱痛兩

肢不隨

十九覺身體昏沈不通暢即導引兩手抱頭宛轉上下名為開胸

二十踞伸右脚兩手抱左膝頭生腰以鼻內氣自極七息除難屈伸拜起腔中痛癢痺病

二十一踞伸左足兩手抱右膝生腰以鼻內氣自極七息展左足著外除難屈伸拜起腔中疾一本云除風目眩耳聾

二十二正偃臥直兩足兩手掩胞所在令赤如油囊裏丹除陰下濕小便難頻小腹重不便腹中熱但口出氣鼻內之數十不須小咽

二十三踞兩手抱兩膝頭以鼻內氣自極七息除腰痺背痛

二十四覆臥傍視兩踵生腰以鼻內氣自極七息除胸中弦痛轉筋脚酸疼二十五臥元關

二十六偃臥展兩胫兩手兩踵相向亦鼻內氣自極七息除死肌不仁足胫寒

二十七偃臥兩手兩胫左勝一本作傳字兩足踵以鼻內氣自極七息除胃中食若嘔

二十八踞生腰以兩手引兩踵以鼻內氣自極七息布兩膝頭除痺嘔逆

二十九偃臥展兩脚兩手仰足指以鼻內氣

自極七息除腹中弦急切痛

三十偃臥左足踵拘右足拇指以鼻內氣自極七息除厥疾人脚錯踵不拘拇指依文用之

三十一偃臥以右足踵拘左足拇指以鼻內氣自極七息除周身痺

三十二病在左端坐生腰右視目以鼻徐內氣極而吐之數十一止所閉目目上入

三十三病在右下若積聚端坐生腰向日仰頭徐以鼻內氣因而咽之三十所而止關目

三十四病在右端坐生腰右視目以鼻徐內氣而咽之數十止

導引雜說

文選江賦云翳翠霞此謂導引服氣稍與枕中相類俱用之兩手相捉細按如洗手法兩

手相又翻覆向胸前如挽三石弓力左右同兩手相重共按解徐徐換身以返槌背上十度作奉向後築十度大坐倚倚如排山如把千斤石上下數度兩手抱頭宛轉膝上兩手

據地縮身曲脊三度兩手相叉以脚踏中立地反拘三舉起立以脚前後踏空大坐伸脚以手勾脚指

右導引之法深能益人延年與調氣相須令血脉通除百病宜好將息勿令至大汗能通伏氣行之甚佳

又導引法在枕中卷與此導引消息並宜相參作之大佳

諸服氣要法并忌觸雜錄如能服之便成真入忌陰寒雨露熱等邪氣不可輒服也危執

閉破除此等日亦不可服

凡日午已後夜半已前名為死氣不可服也唯酉時氣可服為日近明淨不為死氣加可服耳

凡服氣取子午卯酉時服是也如冬月子時

氣不可服也為寒如夏月午時氣不可服為熱仍須以意消息大暑若是如腹中大冷取近日氣及日午氣是如腹中大熱服夜半氣

及平旦氣如冬寒即於一小淨室中生炭火煖之服即腹中和如夏極熱時取月中氣服

即涼大冷

每欲服氣常取體中安隱消息得所如安隱時不佳消息耳消息住先舒手展足按捺支節舉脚躍向上左右展足長出氣三兩度心念病處隨氣出病遂盡矣如服氣之時胸中

悶微微細吐之悶定則掩口勿盡盡則復吸入凡服氣入及出吐皆須微微吹綿不動是其常候也如入氣太急勿令自耳聞則驚五

神耗其損也如出氣太急令自耳聞亦然如後腹內熱及時節熱出入氣太急轉增熱則感也如服冷及時寒出入太急令自耳聞亦增冷甚也

初入氣之時善得息以飽為度若飽後即左右拓更開托左右按及跪空各三度然後咳嗽耳按髮摩面轉腰令四肢節皮肉骨髓頭

面貫徹腹中即空如前服之取飽更不須動

作耳自然安泰也

神炁養形說

混元既分天地得位人與萬物各分一氣而成形動者稟乎天靜者法乎地天地之間最

靈者人能養人之形者唯氣與神神者妙萬物而為言氣者借沖虛以為用至人之言莫先乎氣至人之用莫妙乎神我先生得至人之道見生死之機常味於無味用於無用為於無為事於無事知神氣可以留形故守虛

無以養神氣知窈冥可以致信故入窈冥而觀至精則天地之間其猶橐籥乎至人之不死其猶谷神乎先生曰虛無之中有物謂之神窈冥之中有物謂之氣氣者結虛無以成

妙故大洞真人曰三月內視注心一神則靈光化生纏綿五藏其理明矣且氣者神之母神者氣之子欲致其子先修其母若神不受

味於氣則氣無以通靈子不來食於母則母無以致和道經曰既得其母以知其子既知其子復守其母東華玉書云母繁子長流心

安寧此皆謂修真之要言也加以耳目者神之戶道經曰專氣致柔能如嬰兒乎黃庭經曰仙人道士非有神積精所致和專仁正謂

此也後來學者或納四時五芽之氣或服引七宿二景之精握固以象胎形閉氣以為胎

息殊垂真人之妙旨蓋是古來之末事如此之徒濁亂元氣无損於形神夫至人之心遊於恬淡飲漱於玄泉胎息於無味則神光內照五氣生靈自然有紫烟上浮玉彩交映敬傳先生之旨化白為朱積精成形口銜靈芝降於形中是謂真仙之術守中抱一抱一勿失與天地齊畢矣

將攝保命篇

夫人禀二儀之氣成四大之形愚智貴賤則別好養貪生不與貧迫者力微而不達富貴者侮傲而難持性愚者未悟於全生識智者或先於名利自非至真之士何能保養生之理哉其有輕薄之倫亦有矯情冒俗口誦其事行已達之設能行者不踰晦朔即希長壽此亦難矣是以達人知富貴之驕傲故屈迹而卜人知名利之敗身故割情而去欲知酒色之傷命故畫事而擗節知喜怒之損性故露情以寬心知思慮之銷神故損情而內守知語煩之侵氣故閉口而忘言知哀樂之損壽故抑之而不有知情欲之竊命故忍之而不為若加之寒溫適時起居有節滋味無爽調息有方積氣補於泥丸魂魄守藏和神保氣吐故納新嗜慾無以干其心邪淫不能惑其性此則持身之上品安有不延年者哉

不為若加之寒溫適時起居有節滋味無爽調息有方積氣補於泥丸魂魄守藏和神保氣吐故納新嗜慾無以干其心邪淫不能惑其性此則持身之上品安有不延年者哉

雲笈七籤卷之三十五 任五  
雜修攝 明補  
凡質氣礙皆妄想而所為並由想効也想成即變化無常捨想則庶事空寂以其取鍊力毛孔開流所以須隨而補之其補之法還舒脚手而臥息想項上有酥團融流注心周遍四肢又想身卧酥乳池中心以漂沐久為今人皮膚光澤既取氣鍊補訖欲起出行體上有汗當須少米粉摩令汗解燥然後始得見風日不然傷人凡數章是一時間所作法耳恐後難曉是以依序別勒成章焉

禁忌

夫鹽能益腎欲能傷肺故須忌之嗔之取味欲令人衰故須禁之夫因欲以生因欲以死譬于桃蹊李運紫蒂紅絕過風而關過風而落但人以身為國也神為君也精為臣也氣為民也當須與戴元后本國邦寧君臣康強所以治也夫氣化為精精化為神神化為嬰



兒故男女構精所以化生人形若能蓄精便得自育夫育精為血脉之泉源骨髓之靈冲五藏傷而筋骨枯即魂魄不守矣特宜慎焉猶恐欲性熾隆陶染難到雖自強抑尚恐慶交當須修習靜觀以防過之是謂不死之道選精補腦延齡能益名上仙籍王母內傳若能終竟不唾淚者亦可含一棗啞咽津液也

方便

凡人之心或迷不悟故須方便示以理矣假令童子既獲妙術乃趨而出遇博公子因而問之曰子免於八難乎何以學道對曰何謂八難曰不廢道心一難不就明師二難不託閑居三難不捨世務四難不割恩愛五難不棄利欲六難不除喜怒七難不斷色欲八難童子曰僕無此累矣公子曰凡人所患皆多以氣為主或有背氣胸氣疴癖等皆以氣為根今子乃咽氣於腹中能不為病乎童子曰鄙哉言手良可哀耳夫氣起於太極起于萬象之外應清明以出入竹神機以卷舒澄淺若於高天淡輕紅於落日不干雲雨不犯塵

埃沈清漠而淨澗瀾度危絃而蓄哀韻呼吸玄牝之門滌雪希夷之域載管魄修谷神去三尸消百病者此乃清冷調和有道之氣故能生成靈命焉至如起於空隙之間因於燥濕之虞隨腥臊之穢饌逐徭役之奔喘伺宴息之失序俟劑和之乖宜結決忍而不敬積勃鬱而遂留時結蓄於胸膈或煩疼於骨髓久而不消將傾大漸所謂垢濁沉溺之死氣也公子曰夫人身匪氣瓜焉能不食是身即病未或可除故知食為養身之資身乃有病之聚今子乃去食養身留身除病豈不哉哉童子笑而應之曰善哉或但疑者常抱此疑不疑者因茲而得也故天地因乎而生天地滅而非滅其疑者迷而不悟也但不知耳又不聞乎甘肥者貪欲之本即為得病之源也調氣澄心離二入道者斯仙之常也真教不二但至仁齊物理合捐軀非謂賢聖繫之名實夫百篇之義一乘之典或務理國之倫或究虛寂之相詎返入流之始豈暇紛水之遊哉遊於穿履去泥塗蓋除雨未可得也亦何

惟哉公子既聞此言已童子孑然乘風而去莫知所之也

化身忘法

每夜人定後偃卧閉目然後安神定魄志想長出氣三兩度仍須左右換之便起扣腰如前法攝心入臍下作影人長三四寸然後遣影人分身百億聳頭而出屋鑽房而上上至天滿法界皆是我身便想中明即自見之既見之便令影人入臍下便大飽其化身到來亦戰身動大況似行氣法仍須正念疑情於身但用心無不動也故老君曰道以心得之

胎息法

老君曰人之不死在於胎息矣夜半時日中前自舒展胸手拘胸咳嗽長出氣三兩度即坐裡因攝心臍下作影人長三二寸以鼻長吸引來入口中即閉閉定勿咽之亦勿令出口即於臍下合氣作小點子下之米大如下數已盡却還吸引如前初可數得三十二點子漸可數百及二百後五百若能至數成千點子此小胎息長生却老之術

影人

分身作影人長三四寸許立影人鼻止今影人取天邊元空太和之氣從天而下穿屋及頭直入四肢百脉無處不徹其氣到來覺身戰動每一度為一通須臾即數十通便大飽矣人有大病作之十日萬病俱差當下氣之時作念之我身本空我神本通心既無礙萬物以無障礙何以故得神通故凡一切作法一種即須下之吐氣法皆須作地喙莫動上領其吸氣之時微叩齒令熱

服紫霄法

坐忘握固遊神聳頭而出鑽屋直上到彼天邊引紫霄而來直下穿屋而從頭上入內於腹中常含紫氣隨神而來向作解我心本未悟之時不知道體今既覺悟法本由來不從他得我知今來得自在者更無別法直休定心心決定故即得作意見此氣聚多而來併聚稠密如赤雲捧神上天但作解脫直以心往天上取亦得即下方萬物皆空屋亦空人性與道同此神通久視也

至言總養生篇

老君西昇經曰偽道養形真道養神通此道者能亡能存神能飛形并能移山形為灰土其何識焉又曰凡人之衰人不如長身長身不如愛神愛神不如合神合神不如守身守身長久長存也故神生於形形成於神形不得神不能自生神不得形不能自成形神合同更相生更相成神常愛人人不受神故絕聖棄智歸無為也雜書寶子命曰古人治病之方和以醴泉潤以氣藥不辛不苦甘甜多味常能服之津流五藏擊在心肺終身無恙大有經曰或疑者云始同起於無物終受氣於陰陽載形魂於天地資生長於食息而有愚者智有強有弱有壽有夭天耶解耶解者曰形生愚者天也強弱壽夭人也天道自然人道自己始而胎氣充實生而乳哺有餘長而滋味不足壯而聲色有節者強而壽始而胎氣虛耗生而乳哺不足長而滋味有餘壯而聲色自放者弱而天生長而合度加之以道養年未可量也顏川胡昭字孔明曰常人

不得無欲又復不得無事但當和心約念靜身損物先去亂神犯性者此畜神之一術耳黃帝中經曰夫稟五常之氣有靜有躁剛柔之性不可易也靜者不可令躁躁者不可令靜靜者躁者各有其性違之則失其分恣之則害其生故靜之弊在不開通躁之弊在不精察治生之道慎其性分因使抑引隨宜損益以漸則各得適矣然靜者壽躁者夭靜而不能養減壽躁而能養延年然靜易傷躁難持盡慎養之宜者靜亦可養躁亦可養也凡貴權勢者雖不中邪精神內傷身必死亡非坎禍外至直冰皮內結則傷腦中吐血而已始富後貧雖不傷那皮焦筋出委辟內學為病貧富之於人利害備輕於權勢故疾府止於形骸而已矣夫養性者欲使習以成性性自為善不習而無不利也性既自善而外百病皆悉不生禍亂不作此養性之大經也善養性者則治未病之病故養性者不但餌藥食霞其在於五常俱全百行周備絕藥餌足以遐年德行不充瓊玉酒金丹未能延壽

故老君曰陸行不避虎兇者此則道德之祐也豈假服餌而祈遐年哉聖人所以和藥者以救無知之人也故不遇道者抱病歷年而不修一行經病沒齒終無悔心此其所以以和長遊彭附水歸良有以也嵇康曰養生有五難名利不去為一難喜怒不除為二難聲色不去為三難滋味不絕為四難神慮精散為五難五者不去雖心布難老口誦至言且嚼英華呼吸太陽不能回其操不免夫其年五者無於胸中則信順日齊道德日全不析喜而有神不求壽而延年此亦養生之大經也然或服膺仁義無善泰之累者抑亦亞乎岐伯曰人年四十而養陰氣自半也起居衰矣年五十體重耳目不聰明年六十陰衰氣大衰九竅不利下虛上實涕泣俱出故曰知之則強不知之則老又曰同出而異名智者察其同愚者察其為愚者不足智者有餘則耳目聰明身體輕強年老復壯者益理是以聖人為無為事無事樂恬淡無縱欲快志得虛無之守故壽命無窮與天地終此聖人

之理身也  
真人曰雖當服餌而不知養生之術亦難以養生也養生之道不欲飽食便卧及終日久坐皆損壽也人欲少勞但莫大疲及強所不堪耳人食畢行步踴躍有所循為快也故流水不腐戶樞不蠹其勞動故也人不可夜食食畢但當行步計使中數里往來飽食即卧生百病也  
夫欲快意任懷自謂達識知命不泥異正極情肆力不營持久者聞此言雖風之過耳電之經目不足喻也故身枯於流連之中氣絕於綺紈之間而甘心焉亦安可告之以養生哉匪惟不納反謂妖說也而望彼信之所謂明鏡給於矇瞖絲竹娛於聾夫者也抱樸子曰一人之身一國之象也胸腹之位猶宮室也四支之列猶邦境也骨節之分猶百官也神猶君也血猶臣也氣猶民也故能治民則治國也夫愛其民所以安其國愛其氣所以全其身民散國亡氣竭人死死者不可生也亡者不可存也是以至人消未起之患治未

病之病醫之於無事之前不追之於既逝之後民難養而易危氣難濟而易濁故審威德所以保社稷割嗜欲所以固血氣然後真一存焉三七守焉百害却焉年壽延焉人年五十至於一百美藥勿離手善言勿離口亂想勿經心常以深心心至誠恭敬於物慎勿詐善以悅於人

禁忌篇

玉珉山人養生方論云病由口入即宜方也生勞敗靜養道性也醜賊以時禮醫具也補瀉以性草經明也性調乎食命延乎藥斷可知也成毒害筋毒非傷血生靈損氣惹膝炙神理生之烟戒也白苧苧黃苧苧下苗苧地黃苧也惡質乎夢苧苧四物濟身之要也退與不退寡之於思慮進與不進在康之常志凡一切五辛皆絕於藥力又薰人神氣凡桃李苦薑蒜韭等不宜丈夫婦人亦宜少食漸斷凡人年四十已下不宜食食補丸散為陰氣尚未足陽氣尚盛之候也特宜慎之就補中

長及性熱少食溫軟物食說搖動令消不爾成脚氣入春不宜晚脫綿衣令人傷寒霍亂飲食不消頭痛熱汗出不宜洗身漱口令人五藏乾少津液卧不用者燈及被覆面無不用開口冬夏不用枕冷物鐵石等令人眼暗抱樸子曰或問所謂之者色欲之間乎答曰亦何獨斯哉然長生之要其在房中上士知之可以延年除病其次不以自伐若年尚少壯而知還陰丹以補腦采七益於長谷者不能服藥物不失一二百歲但不得仙耳不知其術者古人方之於陵垤之拒盛陽羽堂之中畜火者也又思所以不遠而強思之傷也力所以不勝而強舉之傷也深憂重慮傷也悲哀憔悴傷也喜樂過差傷也技級所欲傷也戚戚所患傷也久談言笑傷也寢息失時傷也挽強弓弩傷也沈醉嘔吐傷也飽食即卧傷也跳走乏氣傷也歡呼哭泣傷也陰陽不交傷也積傷至盡盡亡非道也是以養性之方唾不至遠行不疾步耳不極聽目不極視坐不至疲卧不至慎慎居致切也直也先寒而

夜先熱而解不欲極飢而食不欲極渴而飲食不過多凡食過多即結積聚飲過多則成痰癖不欲甚勞不欲甚逸不欲甚流汗不欲多唾不欲奔車走馬不欲極目遠望不欲多嘆生冷不欲飲酒當卧卧不欲數沐浴不欲廣志遠求不欲規造異巧冬不欲極溫夏不欲極涼不欲露星下不欲卧中見扇大寒大熱大風大露皆不欲冒之五味不欲偏多故酸多則傷脾苦多則傷肺辛多則傷肝鹹多則傷心甜多則傷腎此五行自然之理凡言傷者亦不便覺謂久則損壽耳是以善攝生者卧起有四時之早晚與居而有至和之常制筋骨有偃仰之方閑邪有吞吐之術流行管衛有補瀉之法節宣勞逸有與奪之要忍怒以養陰氣抑喜以養陽氣然後先將草木以救虧缺服金丹以定不窮養性之道盡於此矣

黃帝曰一日之忌夜莫飽食一月之忌暮莫大醉一歲之忌暮莫遠行終身之忌卧莫燃燭行房勿得起恨於人當以自然仇也一切

溫食及酒漿臨上看不見物形者勿食成平病若已食腹脹者急以藥下之諸熱食鹹物竟不得飲冷水酸漿水等令人善失聲也凡人不得北首而卧卧之勿留燈令魂魄六神不安多愁恐亦不可北向喫食北向尿北向久坐思惟不祥起勿北向唾罵犯魁岡神勿北向冠帶勿怒目視日月光令人失明凡大汗勿脫衣得偏風半身不遂冬日溫足凍腦春秋足腦俱凍此聖人之常道旦起勿嗔恚旦下牀勿叱呼勿惡言勿舉足向火對竈罵勿咨嗟呼奈何聲此名請禍特忌之勿豎膝坐而交臂膝上勿令髮覆面皆不祥清旦作善事聞惡事即於所來方唾之言惡夢旦不用說以含水向東方嘆之云惡夢碧草木好夢成寶玉即無咎矣

凡上牀先脫左足履或遠行乘車馬不用迴顧則神去人凡一切翔飛蠢動不可故殺傷損至於龜蛇此二物有靈異於他族或殺他有靈者或陰精害人深宜慎之勿陰霧中遠行

雲笈七籤卷之三十六

住六

凡行來坐卧常存北斗魁同星在人頭上所  
向皆吉勿食父母兄弟及自本命肉等令人  
魂魄飛揚家出不孝悌子息

凡旦起著衣誤翻著者云吉利便著無苦也  
衣有光當三振之云殃去殃去則無害勿塞  
井及水溝瀆令人目盲向午後陰氣起不可  
沐髮令人心虛饒汗多夢及頭風也

雲笈七籤卷之三十五

雜修攝

玄鑑導引法

抱樸子曰道以為流水不腐戶樞不蠹以其  
勞動故也若夫絕坑停水則穢臭滋積委木  
在野則蟲蝎太半真人遠取之於物近取之  
於身故上天行健而無窮七曜運動而能久  
小人習勞而湛若君子優游而易傷馬不行  
而脚直車不駕而自朽導引之道務於詳和  
俛仰安徐屈伸有節導引秘經千有餘條或  
以逆却未生之衆病或以攻治已結之篤疾  
行之有效非空言也今以易見之事若令食  
而即卧或有不消之疾其劇者發寒熱癢堅  
矣飽滿之後以之行步小小作務役搖肢體  
及令人按摩然後以卧即無斯患古語有三  
疾之言暮食太飽居其一焉暮食既飽便以  
寢息希不生疾故無壽也諸風病痰疥不在  
卧中得之卧則百節不動故受邪烝此皆病  
然可見近魏華佗以五禽之戲教樊阿以代

導引食畢行之汗出而已消穀除病阿行之

壽百餘歲但不知餘術故不得大延年一則

以調管衛二則以消穀水三則排却風邪四

則以長進血氣故老君曰天地之間其猶橐

籥乎虛而不屈動而愈出言人導引搖動而

人之精神益盛也導引於外而病愈於內亦

如針艾攻其榮俞之源而衆患自除於流不

也導引一十三條如後

第一治短炁結踈跌坐兩手相叉置玉枕上

以掌向頭以額著地五息止

第二治大腸中惡氣左手按右手指五息右

手按左手指亦如之

第三治腸中水癖以左手指向天五息以右

手指挂地左足伸右足展極伸五息止

第四治小腸中惡炁先以左手叉腰右手指

指天極五息止右手亦如之

第五治腰脊間踈踈跌坐以掌相按置左

膝上低頭至頰右五息外左迴左膝上還右

膝而轉至五匝止右亦如之謂之腰柱

第六治肩中惡炁以兩手相叉將左脅舉右

手舉右

手肘從乳至頸向右轉振擿之後右抽上右振五過止

第七治頭惡蒸反手置玉枕上左右搖之極五息止

第八治腰脊病兩手又腰左右搖肩至極五息止

第九治胸中以兩手又腰左右曲身極五息止

第十治肩中勞疾兩手相又左右轉之低頭至膝極五息止

第十一治皮膚煩以左右手上振兩肩極五息止

第十二治肩胛惡注左右如挽弓各五息止

第十三治膊中注蒸冷痺起立一足踮高一足稍下向前後掣之更為之各二七無病亦常為之萬疾不生

按摩法

按摩日三遍一月後百病並除行及奔馬此是養身之法兩手相捉紐紵如洗手法兩手淺相又翻覆向胸兩手相又共按脛左右同

兩手相重按脛徐徐按身如挽五石弓左右同兩手拳向前築左右同又如拓石左右皆同以拳却頓此是開胸法左右同大坐斜身

偏拓如排山左右同兩手抱頭宛轉脛上此是抽腦法兩手擦地縮身曲脊向上三舉以

手杖捷脊上左右同大坐伸脚三用手掣向後左右同立地反拘三舉兩手拒地迴顧此

乃虎視法左右同兩手急相又以脚踏地左右同起立以脚前後踏左右同大坐伸脚當

手相勾所伸脚著膝上以手按之左右同凡一十八勢但老人日能行之三遍者常補益延年續命百病皆除進食眼明輕捷不復疲也

食氣法

養生之家有食炁之道夫根植華長之類蚊行蠕動之屬莫不仰炁以然何為能使人飽乎但食之有法道家秘之須其人乃傳俗人無緣得之知苟得其道所甚易也非唯絕穀抑亦辟百毒却千邪百姓日用而不知仙經云食炁法從夜半至日中六時為生炁從日

中至夜半六時為死氣唯食生而吐死所謂真人服六炁也

食氣絕穀法

向六旬六戊從九九至八八七七六五五而飽或念天蒼或思黃帝或春引歲星之炁

以肝受之其餘四方皆然初為之頗有小瘦行四旬已上顏色轉悅體力漸壯白髮更黑

落齒更生真重履險勝於食穀時余見十餘人為之皆七八十歲丁健體輕而耐寒者有真驗非虛傳也善其術者可以攻遣百病消

逐邪風及中惡卒急尸注所忤心腹切痛疽瘡漢毒引炁驅之不過五六十通無不即除

又行炁久多而斷穀最易唯有胎息之法獨難所謂胎息者如人未生在胎之中時炁久息也習則能息鼻口炁如已息鼻口炁則可居水底積日矣

又治金瘡以炁吹之血斷痛止

又蛇蝎毒蟲中人皆禁之即愈或十數里便

通治之呼其姓名而咒之男呼我左女呼我右皆愈此所共知孫先生曰且夕者是陰陽

轉換之時日且五更初陽炁至頻伸眼開是上生炁名曰陽息而陰消暮日入後陰炁至凜然時坐睡倒時是下生炁至名曰陽消陰息暮日入後天地日月山川江海人畜草木一切萬物體中代謝往來一時休息一進一退如晝夜之更始又如海水之朝夕是天地之道耳面向午辰兩手於膝上徐按捺肢節口吐濁氣鼻引清氣凡吐者去故炁引生炁也經云玄牝門天地根綿綿若存用之不勤言鼻是天之門戶可以出納陰陽生死之炁也良久徐徐乃以手左拓右拓上拓下拓前拓後拓眼目張口叩齒摩眼抱頭按耳挽鬚挽腰咳嗽發陽振動也雙作隻作反手為之兼擊足仰展八九十而止仰下徐徐定心作止息之法見空中元和炁下入鳩尾際漸漸頤如兩晴雲入山自皮肉至骨至髓漸漸入腹中四肢五藏皆受其潤如流水滲入地地徹即覺達於湧泉腹中有聲汨汨然意每存之不得外緣即便覺無恙若徹即手體振動兩脚膝雖屈亦令牀有聲拉拉然則名一

通兩通乃至日別得三通覺身體悅澤膚色滋潤耳目精明令人養美力健百病皆去行之五年十年長存不忘得滿千萬過去仙不遠也

攝生月令

胡桐大夫孫校字養善文在國地錄集

夫攝生大體略有三條所為吐納鍊藏胎津駐容其次餌芝木飛伏丹英其三次五穀資眾味終古不易者生生性命必繫於茲也氣之與藥具探別卷今所撰集用食延生順時省味者也

按扁鵲論曰食能排邪而安藏腑神能奏志以資血氣攝生者氣正則味順味順則神氣清神氣清則合真之靈全靈全則五邪百病不能干也故曰水濁魚瘦氣昏人病夫神者生之本本者生之真大用則神勞大勞則形疲也  
按彭祖攝生論曰目不視不正之色耳不聽不正之聲口不嘗毒穢之味心不起欺詐之謀此之數種乃亡魂喪精滅折算壽者也

按枕中傳曰五味者五行之氣也應感而成人即因五味而生亦因五味而消  
按黃帝內傳曰食風者靈而延壽食穀者多智而勞神食草者愚癡而足力食肉者鄙勇而多嗔服氣者長存而得道

孫氏傳曰五味順之則相生逆之則相反天人食慎勿愠怒勿臨食上說不祥之事勿吞咽忽遽必須調理安詳而後食  
黃帝內傳曰春宜食甘甘走肉多食甘則痰溢皮膚粟起夏宜食辛辛走氣多食辛則氣躁好踴秋宜食酸酸走骨多食酸則筋縮骨中疼冬宜食鹹鹹走血多食鹹則血澁口乾多食苦則嘔逆而齒踈  
養生傳曰凡人雖常服餌不知養生之道必不全其具也  
小有經曰才所不勝而強思之傷也力所不任而強舉之傷也深憂重喜皆有傷也  
抱樸子曰一人之身一國之象胸腹之位猶宮室也四肢之列猶郊境也骨節之分猶百官也神猶君也血猶民也

養生傳曰一日之忌暮勿飽食一月之忌暮勿大醉一歲之忌慎勿遠行永久之忌勿向西北二方大小便露赤也

孟春三三泰斗建寅日在虛律中九菽五時

東方月德丙月合辛生氣子天利卯五富

亥月殺丑月厥戌九空辰死氣午歸忌丑

性亡寅大敗甲寅血忌丑

孟春是月也天地俱生謂之發陽天地資始萬物化生夜卧早起以緩其形使志生而勿殺予而勿奪君子固密無泄其氣其藏肝

木位在東方其星歲正月二月三月其卦震

其地青州其書詩其樂瑟其帝靈威仰其神

勾芒青龍為九天白虎為九地其蟲魚其畜

大其穀麥其果梅其菜韭其味酸其臭腥其

色青其聲怒其液泣立春木相春分木王立

夏木休夏至木廢立秋木囚秋分木死立冬

木沒冬至木胎

仲春三三三壯斗建卯日在室律中夾鍾五

將北方月德甲月合己生氣丑天利辰五

富寅月殺戌月獸酉九空丑死氣未歸忌

實性亡巳天敗甲午血忌未

仲春是月也號默於日和其志平其心勿極

寒勿極熱安靜神氣以法生成勿食黃花菓

及陳蕪發宿疾動酒氣勿食大蒜令人氣壅

關隔不通勿食麥子及雞子滯人氣勿食小

蒜傷人志性勿食充肉令人神魂不安勿食

狐貉肉傷人神是月腎藏氣微肝藏正王宜

降隔去痰宜泄皮膚令得微汗以散去冬溫

伏之氣是月六日八日宜沐浴齋戒天祐其

福十四日忌遠行水陸亦不可往九日忌食

一切魚鼈二十日宜修真道

季春三三三天斗建辰日在婁律中姑洗五將

西方月德壬月合丁生氣寅天利己五富

亥月殺未月獸申九空戌歸忌子往亡中

天敗甲戌午勝血忌寅

季春是月也萬物發陳天地俱生陽熾陰伏

臥起俱早勿發泄大汗以養藏氣勿食葷發

酒痰損神傷氣勿食馬肉令人神魂不安勿

食麋鹿肉等損氣損志是月肝臟氣伏心當

向王宜益肝補腎以順其時是月五日忌見

一切生血物宜齋戒靜念真籍不營俗務十

六日忌遠行水陸俱不可往二十七日宜沐

浴是月火相水死勿犯西北風勿久處濕地

必招邪毒勿大汗當風勿露體星宿下以招

不祥之事

孟夏三三三乾斗建巳日在昴律中仲呂五將

南方月德庚月合乙生氣卯天利午五富

申月殺辰月獸未九空未死氣酉歸忌丑

性亡亥大敗丁巳午勝血忌申

孟夏謂之播秀天地始交萬物並實夜卧早

起思無怒勿泄大汗夏者火也位在南方其

藏心其星歲歲時四月五月六月其六月屬

土大王於此月其地揚州其書禮其樂等其

帝赤燥管其神祝融朱雀為九天玄武為九

地其蟲鳳其畜羊其穀麻其果杏其菜薤其

味苦其臭焦其色赤其聲呼其液汗立夏火

王夏至火相立秋火休秋分火廢立冬火囚

冬至火死立春火沒春分火胎

仲夏三三三遯斗建午日在參律中夾寅五將

東方月德丙月合辛生氣辰天利未五富



亥月教月月秋午九空卯元氣戌時各宜  
性亡卯大敗丁酉血忌卯午陽

仲夏是月也萬物以成天地化生勿以極熱  
勿大汗當風勿曝露星宿皆成惡疾勿食雜  
肉生癰疽漏瘡勿食蛇蝎等肉食則令人折

算壽神氣不安慎勿殺生是月肝臟以病神  
氣不行火氣漸壯水力衰弱宜補腎助肺調  
理胃氣以助其時是月八日忌遠行涉水陸

並不可往宜安心靜慮沐浴齋戒必得福慶  
之事是月切忌西北不時之風此是邪氣犯  
之令人四肢不通致百關無力

季夏 ䷛ 遯 斗建未日在東并律中林鐘五  
將北方月德甲子合巳生氣巳天利申五  
富寅月教戌月教巳九空子元氣亥歸忌  
子性亡午大敗丁丑血忌酉

季夏是月也法土重濁主養四時萬物生榮  
增鹹減甘以資腎藏勿食辛血損人神魂少  
志健忘勿食生葵必成水癖是月腎藏氣微  
脾臟獨宜宜減肥濃之物宜助腎氣益固筋  
骨切慎賊邪之氣六日沐浴齋戒絕其營俗

二十四日忌遠行水陸俱不可往是月不宜  
起土功威令不行宜避溫氣勿以沐浴復當  
風勿專用冷水浸手足慎東來邪風犯之令  
人手癱緩體重氣短四肢無力

孟秋 ䷟ 否 斗建申日在庚律中夷則五將  
北方月德壬子合丁生氣午天利酉五富  
巳月教未月教辰九空酉元氣子歸忌丑  
性亡酉大敗庚申血忌辰

孟秋謂之審天地之氣以急正氣早起早臥  
與難俱興使志安寧以緩形收斂神氣秋者  
金也位在西方其星太白時七月八月九月

其卦兌其地蔡州其書春秋其樂啓其帝少  
昊其神蓐收白虎為九天青龍為九地其蟲  
虎其畜雞其穀黍其果桃其菜蔥其味辛其  
臭羶其色白其聲哭其液唾立秋金相秋分

金王立冬金休冬至金廢立春金囚春分金  
死立夏金沒夏至金胎  
仲秋 ䷛ 觀 斗建酉日在庚律中南呂五將  
南方月德庚子合乙生氣未天利戌五富  
巳月教辰月教卯九空酉元氣丑歸忌寅

性亡子大敗庚子血忌戌  
仲秋是月也大利平肅安寧志性收斂神氣  
宜增酸減辛以養肝氣無令極飽令人壅勿  
食生蜜多食霍亂勿食雜肉損人神氣勿食  
生果子令人多瘡是月肝藏少氣肺藏獨王

宜助肝氣補筋養脾胃是月七日宜屏絕外  
慮沐浴齋戒吉二十九日忌遠行水陸並不  
可往起居以時勿犯賊邪之風勿增肥腥物  
令人霍亂其正毒之氣最不可犯是月祈謝  
求福以除宿愆

季秋 ䷟ 剝 斗建戌日在南斗律中無射五  
將東方月德丙子合辛生氣申天利亥五  
富寅月教丑月教丑九空寅元氣寅歸忌  
子性亡辰大敗庚辰斗陽血忌巳

季秋是月也草木凋落眾物伏蟄氣清風暴  
為朗無犯朗風節約生冷以防厲疾勿食諸  
薑食之成痼疾勿食小蒜傷神損壽魂魄不  
安勿食豕子損人志氣勿以猪肝和鷄同食

至冬成嗽病經年不差是月肝藏氣微肺金  
用事宜減辛增酸以益肝氣助筋補血以及

其時勿食鷓雉等肉損人神氣勿食雞肉令人魂不安魄驚散十八日忌遠行不達其所二十日宜齋戒沐浴淨念必得吉事天祐人福

孟冬 坤 十建亥日在房律中應鍾五將

北方月德甲月合巳生氣酉天利子五富

巳月殺戌月厭辰九空亥死氣卯歸忌丑

性亡未天敗癸亥斗陽血忌亥

孟冬謂之閉藏水凍地坼早卧晚起必候天

曉使至溫暢無泄大汗勿犯冰凍溫養神氣

無令邪炁外至冬者水也位在北方其星辰

其時十月十一月十二月其卦坎其地分冀

州其書周易其樂簫其帝叶光紀其神玄冥

玄武為九天朱雀為九地其蟲龜其畜狔其

穀大豆其果栗其菜藿其味鹹其臭腐其色

黑其聲沉其液唾立冬水相冬至水王立春

水休春分水廢立夏水囚夏至水死立秋水

沒秋分水胎

仲冬 復 斗 建子日在其律中黃鍾五將

北方月德丁月合壬生氣戌天利丑五富

巳月殺申月厭子九空中歸忌亥性亡戌大敗癸卯血忌午

仲冬是月也寒氣方盛勿傷冰凍勿以熒火

炙腹背無食焙肉宜減鹹增苦以助其神氣

無發靨藏頤天之道勿食蝟肉傷人神魂勿

食螺蚌蟹鼈等物損人志氣長尸蠱勿食經

夏黍未中脯腊食之成水癖疾是月腎藏正

王心肺衰宜助肺安神補理脾胃無乖其時

是月三日宜齋戒淨念以全神志二十日不

宜遠行勿暴溫暖切慎東南賊邪之風犯之

令人多汗面腫腰脊強痛四肢不通

季冬 臨 斗 建丑日在南斗律中大呂五

將南方月德庚月合乙生氣亥天利寅五

富申月殺辰月厭巳九空巳死氣巳歸忌

子性亡丑大敗癸未血忌子

季冬是月也天地閉塞陽潛陰施萬物伏藏

去凍就溫勿泄皮膚大汗以助胃氣勿甚溫

暖勿犯大雪勿食猪狗肉傷人神氣勿食霜

死之果菜天人顏色勿食生蘊增痰飲疾勿

食熊羆肉傷人神魂勿食生椒傷人血脈七

日忌遠行水陸並不吉一日宜沐浴是月時藏氣微腎藏方王可減鹹增苦以養其神宜小宜不欲全補是月眾陽俱息水氣獨行慎邪風勿傷筋骨勿妄針刺以其血凝津液不行

雲笈七籤卷之三十六

雲笈七籤卷之三十七

仕七

齋戒

齋戒叙

齋者養也 戒者止也 齋戒者 養神止惡也

夫入靖修真要資齋戒檢口慎過其道漸階  
南華真經云顏回問道於孔子孔子曰汝齋  
戒吾將語汝顏回曰回居貧唯不飲酒不如  
葷久矣孔子曰是祭視之齋非心齋也汝一  
志無以耳聽而以心聽無以心聽而以氣聽  
疏論汝心志潔雪汝精神拮擊汝智慮我將  
語汝夫道冥然難言哉將為汝試言其約略  
爾混元皇帝聖紀云按諸經齋法略有三種  
一者設供齋以積德解愆二者節食齋可以  
和神保壽斯謂祭視之齋中士所行也三者  
心齋謂疏論其心除嗜慾也潔雪精神去穢  
累也拮擊其智絕思慮也夫無思慮則專  
道無嗜無慾則樂道無穢無累則合道既心  
無二想故曰一志焉蓋上士所行也夫齋者  
齊也齊整三業乃為齋矣若空守節食既心  
識未齊又唯存一志則口無貪味謂茲二法

表裏相資大成經云夷心靜然專想不二過  
中不味內外清虛是也子雖薄闕節食未解  
調心故示齋法令其受道而末學之徒孰能  
虛心一志哉夫鄙乎祭祀之教自謂得心齋  
之理蓋噴鳴急慢之夫矣雖口談空寂無解  
其目是自矜也

洞玄靈寶六齋十直

道教五戒一者不得殺生二者不得嗜酒三  
者不得口是心非四者不得偷盜五者不得  
淫色十善一念孝順父母二念忠事君師三  
念慈心萬物四念忍性容非五念諱諱惡  
六念損己救窮七念放生養物種諸果林八  
念道遠舍井種樹立橋九念為人興利除害  
教化未悟十念讀三寶經律恒奉香花供養  
之具凡人常行此五戒十善恒有天人善神  
衛之永滅災殃長臻福祐唯在堅志

年六齋

正月 三月 五月 七月 九月 十月

月十齋

一日 北斗下八日 北斗司殺君下十四日 太

一使者下十五日天帝及三官俱下十八日  
天一下二十三日太一八神使者下二十四  
日北辰下二十八日下太一下二十九日中  
太一下三十日上下太一下

自下中上三太一下日皆天地水三官一切  
尊神俱下周行天下伺人善惡

甲子日太一簡問神祐庚申日伏尸言人罪  
過本命日計人功行八節日有八神九人善  
惡三元日天地水官授人之罪福

六種齋

第一道門大論云上清齋有二法

一絕群獨宴靜氣遺形清壇肅侶依太真  
儀格

一心齋謂疏論其心潔雪精神

第二靈寶齋有六法

第一金錄齋救度國王

第二黃籙齋救世祖宗

第三明真齋懺悔九幽

第四三元齋首謝違犯科戒

第五八節齋懺沈宿新之過

第六自然齋為百姓祈福

第三洞神齋精簡為上絕塵期靈

第四太一齋以恭肅為首

第五指教齋以清素為貴

第六塗炭齋以勤苦為功

已上諸齋自古及今登壇告盟啓誓玄聖或三日七日九日十五日皆晝夜六時行道轉經禮懺儀格甚重除上清絕群獨寧靜氣道形心齋之外自餘皆是為國王民人學真道士技度先祖已躬謝過穰災致福之齋此時移代同異不無詳略於靈寶齋中為半景之齋既無宿請亦無言功唯只一特或兩時懺悔亦不三時上香步虛禮經並關或小齋中三禮歎願隨時去取逐便制儀既非大集心達而已

二種齋

本相經曰齋有二種一則拯道二則濟度拯道者謂發心學道從初至終念念持齋心心不退復有二門一謂忘心二謂滅心忘心者始終運意行坐動形寂若死灰同於枯木滅

諸想念唯一而已滅心者隨念隨忘神行不係歸心於寂直至道場濟度者謂迴心至道翹想玄真願福降無窮災消未兆又云虔心者唯罄一心丹誠十極燒香禮拜唯求於道捨財者市諸香油八珍百味管饌供具屈請道士及以凡器歸心啓告委命至真內泯六塵外齊萬境冥心靜慮歸神於道克成道果永契無為救濟存亡技度災苦隨其分力福降不差功德輕重各在時矣

十二齋

玄門大論一者金籙齋上消天災保鎮帝王簡文亦云兼為師友  
二者玉籙齋宗云正為人民今此本未行於世  
三者黃籙齋拯拔地獄罪根開度九幽七祖  
四者上清齋求仙念真練形隱景  
五者明真齋學士自技億曾萬祖長夜之現  
六者指教齋請福謝罪穰災救疾  
七者塗炭齋技罪謝殃請福度命  
八者三元齋學士己身悔罪

九者八節齋學士謝過求仙

十者三皇子午齋輔助帝王保安國界

十一者靖齋如千日百日三日七日修真之用

十二者自然齋救度一切存亡自然之中修行時節

八節齋

凡八節之日是上天八會大慶之日也其日諸天大聖專神上會靈寶玄都玉京上宮朝慶天真奉戒持齋遊行誦經此日修齋持戒宗奉天文者皆為五帝所舉書名玉曆

心齋

南華真經曰顏淵問道於孔子孔子曰汝齋戒吾將告汝顏淵曰回貧唯不飲酒不茹葷久矣孔子曰是祭祀之齋非心齋也汝一志無以耳聽而以心聽無以心聽而以氣聽疏倫汝心除嗜慾也澡雪汝精神去穢累也括擊其智絕思慮也夫無思無慮則專道無嗜無慾則樂道無穢無累則合道既心無二想故曰一志

齋直

三天內解經曰夫為學道莫先乎齋外則不  
換塵垢內則五藏清虛降真致神與道合居  
能修長齋者則道合具不犯禁戒也故天師  
遺教為學不修齋直冥如夜行不持火燭此

齋直應是學道之首夫欲啓靈告冥建立齋  
直者宜先散齋不使宿穢臭腥消除肌體清  
潔無有玷汙然後可得入齋不爾徒加洗沐  
臭穢在肌膚之內湯水亦不能除

三元齋品曰建齋之日當輸金真玉光九天  
之信置於五帝以招神致靈

三元齋品曰學法未備即俯仰之格多不合  
儀金錄流珠經曰古來呼齋曰社會令改為  
齋會

太上太真科經曰消遺世務三業為修齋存  
三守一齋為本其基齋者齋也潔也淨也不必  
六時行道三時講經晝夜存念懺悔請福干  
造玄虛更失萬一能得一者心攝三業能攝  
身者端拱不擾能攝口者默識密明能攝心  
者神與道合如斯為主成聖真仙未合此者

攝身朝禮離殺盜淫攝口誦經免妄言綺語  
兩舌罵詈攝心存神脫貪恚癡十惡既去十  
善自來去來至極與道合具

釋齋有九食法

玄門大論云齋法大略有九一者麤食二者  
蔬食三者節食四者服精五者服牙六者服  
光七者服氣八者服元氣九者胎食蘇食者  
麻麥也蔬食者菜茹也節食者中食也服精  
者待水及丹英也服牙者五方雲芽也服光  
者日月三元三光也服氣者六覺之氣太和  
四方之妙氣也服元氣者一切所稟三元之  
氣太和之精在乎太虛也胎食者我自所得  
元精之和為胞胎之元即清虛降四體之氣  
不復關外也麤食止諸耽嗜蔬食棄諸肥膈  
節食除煩濁服精其身神體成英蒂服牙變  
為牙服光化為光服六氣化為六氣遊乎十  
方服元氣化為元氣與天地合為體服胎氣  
久為嬰童與道混合為一也此之變化運運  
改易不復待捨身而更受身往來死生也今  
意方法未必止是食事其或是方藥或按摩

等事可尋也

說雜齋法

三元品戒經云正月七日天地水三官檢校  
之日可修齋聖紀云正月七日名舉違賞會  
齋七月七日名慶生中會齋十月五日名建  
生大會齋三官考數功過依日齋戒呈章賞  
會奇祈景福  
明真科云正月三月五月七月九月十一月  
一歲六齋月能修齋上三天帝令太一使者  
除人十苦八道秘言云正月三月四月六月  
七月八月九月十月十一月此九真齋月一  
日十五日二十九日此月中三齋日正月一  
日名天臘五月五日名地臘七月七日名道  
德臘十月一日名民歲臘十二月節日名侯  
王臘此五臘日並宜修齋并祭祀先祖明真  
科云月一月初八日十四日十五日十八日  
二十三日二十四日二十八日二十九日三  
十日已上為十五齋日庚申甲子八節太一  
八神下司察人過咎修齋太一歡悅庚申日  
人身中伏尸上天言人罪過奉命日受法人

身神吏兵上天計人功過三洞奉道科云正旦為獻壽齋七日為延神齋二月八日為芳春齋四月八日為啟夏齋五月五日為續命齋六月六日為清暑齋七月七日為迎秋齋八月一日為逐邪齋九月九日為延年齋十月一日為成福齋十一月十五日為啓福齋十二月臘日為百福齋二十八日為迎新齋立春為建善齋春分為延福齋立夏為長善齋夏至為朱明齋立秋為遐齡齋秋分為謝罪齋立冬為遵善齋冬至為廣慶齋如此等齋各具本經儀格故學道不修齋戒徒勞山林矣夫齋者正以清虛恬靜謙卑恭敬戰戰兢兢如履冰谷若對嚴君丹誠謙若必祈靈應檢物內外無使喧雜行齋之人特忌斬菘茅子新產婦人月信未斷及痰瘡疥疥癩疾等並不得昇齋堂壇壇驅使如願苦不預齋乞解過答者任投辭為其陳懺悔謝不得雜登堂宇應行法事等仍違令別坐兼忌六畜

功也

此等八穢觸真靈賢聖不降乃於齋無

凡修齋主虔誠齋官整肅至如香燈不備亦曰疎遺啓聖祈真莫先於此香貴在沉水梅檀依上清香珠尤合和不得用甲麝招真致靈務存精志如寒棲學真道士修齋單貧不可致者亦宜以少為信無令頓闕若純以乳頭非道家所用也

初登齋靖着焚香氣向東南西北直上者五帝依向而至登真隱設云香者天真用茲以通感地祇緣斯以達信非論齋深析念存思必燒香左右侍香金童必為招真達意登真

隱設云真人攝日暉以通照役月精以朗幽故然九光之微燈晃八方之盡夜

四極明科云立春春分然九燈於庭立夏夏至然八燈立秋秋分然六燈立冬冬至然五燈本命日十二燈自此陳乞謝過祈恩用燈

於庭法與修諸齋自有燈數於庭說依記四時向王唯本命向太歲叩齒二十四通呪曰高上太真萬聖帝皇五帝玉司總仙監真令日吉辰八節開陳陽罪陰考絕滅九陰於令永始技釋七玄脫脫火鄉永離刀山三塗五

苦不累我身得同天地長保帝展五願八會靡不如言呪畢解巾叩頭百二十過當令顛向地而已勿令痛竟復中仰天心念我身今日上享天恩賜反形骸受生飛仙畢仰咽二十四氣止如此三年宿德並除身與真同素諸經齋法略有三種一者設供齋可以積德解愆二者節食齋可以和精神保壽斯謂祭祀之齋中士所行也三者心齋謂疏滯其心除嗜慾也澡雪精神去穢累也拈擊其智絕思慮也夫無思無慮則專道無嗜無慾則樂道無穢無累則合道既心無二想故曰一志焉蓋上士所行也詳矣齋者齊也要以齊整三業乃為齋與若空守節食既心識未齊又唯在一志則口無貪味之謂也二法表裏相資故大戒經云夷心靜嘿專想不二過中不味內外清虛是也子雖薄閑節食未解調心故示茲齋法令其受道而未學之徒孰能虛心一志哉夫齋乎祭祀之教自謂得心齋之理蓋急慢之夫矣雖口談寂無解其目是自於馬易云聖人以此齋戒

齋科

道士王纂金壇人也居馬跡山常以陰功救物仁達養動值晉之末中原亂離饑饉既臻疫癘仍作時有毒瘴擄斃者多閭里凋荒死亡枕藉纂於靜室飛章告玄玄夕之中繼之以泣至三夜有光如晝照其家庭即有祥風景雲紛郁空際俄而異香天樂下集庭中介金執銳之士三十餘人羅列如有所候頃之珠幢寶蓋霓旒羽節紅旌錦旂各二人相對前行即最後又有四青童執花捧香侍女捧按地鋪錦席前立巨屏左右龍虎將軍侍從官將兵士二十許人立兩面若有備衛焉復有金甲大將軍二十六人神王十人次龍虎二君之外班列肅如也須臾笙蕭駭空自西北而至五色奇光灼燦豔逸一人佩劍持版而前告纂曰太上道君至矣於是百寶大座自空而下太上道君侍二真人二天帝在座之左右道君坐五色蓮花二真二帝立侍焉纂拜首迎謁跪伏於地道君曰子慈念生民形子章醮剝心杖血感動幽明地司列名蓋

化育萬物而五行為之用五行互有相勝各有與表代謝推遷間不容息是以生之不停氣氣相續億劫已來未暫輟也得其生者合於純陽升天而為仙得其死者淪于至陰在地而為鬼鬼物之中自有優劣強弱剛柔善惡與人世無異玉皇天尊慮鬼神之肆橫害於人也常命五帝三官檢制部御之律令刑章罔不明備而季世之民曉傷者眾溥源既撤扶詐萌生不忠於君不孝於家廢三綱五常之教自投死地由是六天故氣魔鬼之徒與歷代已來敗軍死將聚結為黨伐害生民駕兩乘風因表同隙為種種病中傷甚多亦有不終天年罹其天枉者尋於杜陽官出神呪經授真人唐平使其流布以救於物民間有之世人見三翦白起名謂為虛誕此蓋從來將天上為兵統死為鬼帥有功者遷為法官殘害者猶居廢窟乘五行敗氣為瘵為瘡然以陽威憚之神呪服之自當弭戢矣今以神化神呪二經復授於子按而行之以拯護萬民兆庶也即命侍童披九光之韞以神化

經及三五大齋授經之於纂曰勉而勤之陰功克充真階可冀也言訖千乘萬騎西北而舉升還上清矣纂索經品齋科行於江表疫毒舖弭生靈又康自晉及晉蒙其福者不可勝紀焉

持齋

無上秘要云昔有道士持齋誦經有一凡人為質作治厨齋堂道士見其用意至日中持齋因喚與同食食竟為其說法語此儂人令隨吾持齋功德甚大可至明日中時復食勿壞爾齋徒勞無益能如此者將可得免見世窮厄此人稽首受戒而去暮還家其婦一日待婿具以道士戒言喻婦婦甚不解遂致與怒儂人不能免其婦意遂壞其齋與婦共食其後命過天使其人王蜀山千歲樹精恒給其中食其樹茂盛暑夏之月有精進賢者三人經過依樹而息賢者歎曰此樹雖涼日已向中何由得食此人於樹人曰當為賢者供設中食無所為憂須臾食至賢者共食食竟言曰我見道人在何所此自然非道也因問

樹曰不審大神可得暫降形見與其相面否  
此人於樹空中答曰我非能使人得道者也  
具記姓字處所昔常為道士勸使持齋為婦  
人所蒙功德不全致令我守此樹精不能  
得出天以我昔經齋中食令每至中給我齋  
食口不暇食又無緣得違欲屈賢者為至我  
舍道我如此能為我建三日齋戒我身便得  
昇天賢者感此人意為尋其家具以其言語  
家人如此家人即為建齋請諸道士燒香誦  
經三日謝過此人即得飛行昇入雲中於景  
霄之上受書為散仙人故齋之功德甚重不  
可不修此人半日持齋死經一日即時出身  
不拘一年而得為仙故天計功過明之不虧  
也夫為學者可勸持齋戒以期冥感能修之  
者必獲昇騰之舉

陰陽雜齋日

三會日

正月七日奉違實會齋 七月七日慶生中會齋  
十月五日建生大會齋 三會日三官考數功  
過宜受符籙齋戒呈章以祈景福

五臘日

正月一日名天臘齋 五月五日名地臘齋 七  
月七日名道臘齋 十月一日名民臘齋 齋  
十二月節日名侯王臘齋

五臘日常當祠獻先亡名為孝子得福無量  
餘日皆是淫祀通前三元日為人解日皆可  
設饗供奉福焉

明真科云甲子日夜半時甲戌日黃昏時已  
上天皇真官下日

甲申日脯時甲午日日中時已上地皇真官

下日

甲辰日食時甲寅日早旦時已上人皇真官

下日

右其日修齋五嶽四清神君各依方位糾察  
善惡無不上聞

又丁卯日出時丁丑日雞鳴時已上天皇

真官下日

真官下日

又丁酉日日入時丁亥日人定時已上地皇

真官下日

又丁未日日昃時丁巳日禺中時已上人皇

真官下日

其日修齋五嶽真人各遣五神管衛記名仙  
籙

雲笈七籤卷之三十七



雲笈七籤卷之三十八

住六

說戒

說十戒

王清經本起品云遺言昔元始天尊與諸賢聖德億萬眾處處周旋最後下觀華賢世界有一國王名曰德正直利根辯慧為眾生故而為道首通告國內臣民男女言今得太平天下無事火災消滅兵刃不起百穀成熟皆由道恩非自然也何以報道罔極之恩唯當傾心盡意恭敬供養造立宮觀香花燈燭晨夕禮誦齋戒悔過以求福祐於是天尊命巨靈仙人而告王曰子為一國之主天下所推凡間之貴不先於此但以正法治化不枉人民亦足功德上天何煩秘要秘要之道卒難可聞然秘要之階不過慈善慈善之法不違科戒戒有多種人亦多品上品之人身先無犯亦無所持中品之人心有上下觀境即變以戒自制不令放逸如此之人或受十戒五戒以自防護下品之人惡心萬般難可禁制

下品之中復有二品上品者身欲奉戒或受一百九十九戒或受親身三百大戒或受千二百威儀之戒以自防保令無越逸下品者身同禽獸雖有人形而無人心縱受其戒終無所益今且受第二中戒十種科禁入道初

門諸人聞說歡喜并跪悉皆俯伏而奉戒言天尊告白

第一戒者不得違戾父母師長反逆不孝

第二戒者不得殺生屠害割截物命

第三戒者不得叛逆君王謀害家國

第四戒者不得淫亂骨肉姑姨姊妹及佗婦

女

第五戒者不得毀謗道法輕泄經文

第六戒者不得汙濁靜壇單衣裸露

第七戒者不得欺凌孤貧奪人財物

第八戒者不得裸露三光狀葉老病

第九戒者不得耽酒任性兩舌惡口

第十戒者不得兜蒙自任自作威利

右此十戒當終身奉持

大成上品并教

太上洞玄靈寶清虛寶真素志智慧本願大戒

上品經云太極仙公於天台山靜齋念道稽首禮拜請問太極法師徐來勒曰弟子有幸得侍對天尊自聞微言彌綸萬劫初觀道源過泰之歡莫有諭也顧玄少好神仙白日飛騰之道必想上聖恒以髮鬚大經微速妙蹟難通將累口設釋我冥津洞暢虛漠有無都盡矣近而未究人生宿世因緣本行之由今願天尊覺所未悟是時太上玄高真人嘯咏步虛洞章歎然含豫輝金顏而言曰子以累劫念道致太極玉名寄慧人中將獨步玉京超逸三界魏魏乎太上仙公之任矣故慈心於天人念度於後學也常以外身濟物有德而弗名玄都所詮諒不虛矣而謂太極真人曰卿受太上虛皇道君之教為其師保亦必盡教以高上天洞之淵賸也豈俟彼多陳手吾受任忝為都教之法師至於執卷由于矣太極真人答曰此童真之人名列金簡才質清遠景秀太上玄微洞虛故當為仙公之任

弘道大度者也吾忝受教化愧不足為彼宗  
匠太上有命何敢不傾軀哉衆妙之統仰賴  
於法師夫太極真人又曰夫道無也彌綸無  
窮子欲尋之近在我身乃復有也因有以入  
無積念以得妙萬物芸芸歸於耳耳皆當歸  
空人身亦然身死神逝喻之如屋屋壞則人  
不立身敗則神不居當制念以定志靜身以  
安神實氣以存精思慮兼忘冥想內視則身  
神並一身神並一近為真身也此實由宿世  
本行積念累感功濟一切德履萬物因緣輪  
轉罪福相對生死相滅貴賤相使賢愚相傾  
貧富相欺善惡相顯其苦無量皆人行願所  
得也非道非天非地非人萬物所為矣正由  
心耳此對既鍾亦難脫也弱喪之徒信道者  
少宿命者多不積善定念修德理身而欲忽  
德忘身強求外物其可得哉既己不克莫不  
傷身矣故有道之士取諸我身無求乎人道  
言修身其德乃真斯之謂也夫學道不受大  
智慧道行本願上品大戒無緣上仙也子有  
宿命是以見此經其文隱秘立信効心然後

而傳不可妄示不信必發異念異念既生彼  
此獲罪是故藏之於無待有應為仙王者乃  
告焉是時雲龍踴躍諸天散華飛香裊烟山  
海靜波瀾類竄鬼魅消亡神魔降伏五苦  
俱解離地獄惡者返善信順受福禍乃命  
太極侍經仙人劉文靜披雲輿而授經也太  
極真人曰宿世禮奉經師口誦身行布施尼  
因願樂三寶君親忠孝遠慕山水棲慈賢儒  
虛心有道燒香散華護度一切修道精過信  
順宿命靜思忍情其行也上可昇仙度世下  
可輪轉富貴生為人尊容貌偉秀才智清遠  
為入之道莫不具足夫居世富貴笑於貧賤  
今報以貧賤居世好殺今報以傷殺居世輕  
易笑於醜陋今報以醜陋居世聰明不教於  
人今報以頑塞居世常康笑於因病今報以  
滯疾居世不信道笑於經教今報以下愚長  
與道隔女人居世奪人墻者今報以少寡男  
子居世誘人婦女今報以鯨獨居世發心為  
夫妻而後世不得俱生人道死為鬼魅今報  
以本念成於邪病自非大法莫有解其宿纏

而消此邪病夫夫為父母兄弟姊妹夫妻君  
臣師保朋友皆先世所念願為因緣展轉相  
生莫不有對者哉故曰倚伏難窮夫唯學仙  
道士當兼忘因緣絕滅生死同歸乎玄以入  
妙門能知是者始可與言學道之本也  
若見居家妻子當願一切早出愛獄攝意奉戒  
若見飲酒當願一切制於命門以遠禍亂  
若見彩女當願一切守情忍色志慕賢貞  
若見淫人當願一切除棄邪念翹心禁戒  
若見婦人當願一切忍割浮華樂道自娛  
若見貞人當願一切獲信正化日入法門  
若見衆人當願一切推仁無爭懷道安世  
若見善人當願一切時刻存念仰軌真道  
若見惡人當願一切棄山即吉不犯王法  
若見貧人當願一切損身施惠後受大福  
若見富人當願一切救濟萬物世世受祿  
若見貴人當願一切承其教旨悉令典訓  
若見賤人當願一切勤修匪懈各得所為  
若見帝王當願一切奉仰王道孝如父母  
若見主相當願一切受其教制四方歸仁

若見兵甲當願一切各念仁心天下讓賢

若見王子當願一切日歌太平係國承家

若見賢人當願一切復行其德道為世宗

若見法師當願一切明解法度得道無為

若見栖山道士當願一切悉見法門速得昇

仙

若見教化當願一切親受聖教皆為淵博

若見聖人當願一切尊禮侍見諸國並瞻

若見仙人當願一切真道悉成飛昇天堂

若見城郭當願一切嚴整修飾以道為基

若見大國當願一切歸宗慕德若水注海

若見小國當願一切知止虛冲安其所居

若見市朝當願一切群賢雲萃志弘正道

若見靜觀當願一切功德巍巍天人得道

若見齋戒行者當願一切道德日新庠序雅

正

若見誦經當願一切盡上高座咸聞聖音

若見經教當願一切各各受讀禮習普行教

化

若見樓觀當願一切洞觀十方無所隱藏

若見高山當願一切智思無量輔成家國

若見栖憩茂林當願一切安居自在廢疾舍

識

若見好學當願一切得成師宗養徒敷教

若見淨手當願一切常執經書無時暫輟

若見善口當願一切耽味洞經日新不厭

若見動足當願一切超步三界飛行上清

若見靜止當願一切滅景修真安閑空寂

若見飲食當願一切棄累入淨存得道味

若見大藏當願一切除其災害施為福田

若見疾病當願一切以道自安免此苦厄

若見死喪當願一切學道常存濟度三徒

若見敗壞當願一切不為始終入為無罪

若見夷狄當願一切得生中國不生邊地

若見少年當願一切及時學問遂成學名

若見老病當願一切以道攝生不更衰老

若見三光當願一切普明靈耀闡冥即消

若見雲雨當願一切惠澤盈溢無所不宜

若見素雪當願一切常居潔白道遠自在

若見靈風當願一切飄懷披散德流遐邇

若見淨水當願一切洗垢清虛平等其心

若見名香當願一切受茲芳淨乘機肅然

若見好華當願一切樂散諸聖相好具足

若見車馬當願一切得道無為乘風駕龍

若見鼓歌當願一切翫經歎法以道娛樂

若見福食當願一切無不飽滿世享天廚德

流後人如水歸海宗廟裔長常居貴盛世與

四輩俱生王家

若見散施當願一切禍滅九陰福起十方德

如山海莫不興隆七祖生子孫賢忠富貴

巍巍所發皆從學道飛仙駕雲乘龍道士坐

母常願我等四大合德同體道具長存玄都

師友自然濟度十方天下受恩道遠無為洞

觀妙門

禮經祝三首真人口訣云侍經如童玉女聞

此祝皆歡喜而攝死身也是大顯慈用此

祝而禮拜矣若真心禮誦者亦心祝其文

乃上仙之祝也

第一首

樂法以為妻愛經如珠玉持戒制六情念道

遣所欲淡泊正氣俾蕭然神靜嘿天魔孟敬  
護世世受大福

第二首

鬱鬱家國感濟濟經道與天人同其願錄勤  
入大乘因心立福田靡靡法輪昇七祖生天  
堂我身白日騰

第三首

大道洞玄虛有念無不啓鍊質入仙真遂成  
金剛體超度三界難地獄五苦解悉歸太上  
經靜念稽首禮

太極真人曰學昇仙之道當立千二百善功  
終不受報立功三千白日登天皆濟人應死  
之難也施惠其人尤善矣學道當令衆行合  
法廣建福田發大慈之心動靜常起道意能  
如是也吐納服藥佩符續經精進終身不倦  
豈有不得仙乎人無此德雖服藥佩符續經  
齋戒故終命而不驗矣學士明思要言太極  
真人曰立三百善功可得長存地仙若一功  
不全則更從一始而都失前功矣常有其念  
在於心者則是也若專人作善即為善功

也太極真人曰常念誦詩洞經修行大慈先  
人後身揚善化惡斷絕衆緣滅念守虛心如  
太玄為道是求始謂能言神仙之道也太極  
真人曰吾昔受太極智慧十善勸助德戒於  
高上大道虛皇世世宗奉修行大法度人甚  
易此自然之福也太上以普教天人今各得  
本願始入法門長存無為不受十苦八難罪  
對罷散地獄休息三官日日寧閑世世榮樂  
成脫羅網後生安泰天性恬然所願隨得其  
戒如上以傳賢信

十善勸戒曰勸助禮敬三寶供養法師令人  
世為君子賢孝高才學貴魏魏生為人專門  
族昌熾

三寶者謂道經師也能養生教善行為人  
範是名法師也

戒曰勸助抄寫經書令人世世聰明博聞妙  
蹟恒值聖世見諸經教能誦章句

戒曰勸助建齋淨治令人世世門戶高貴身  
登天堂飲食自然常居無為

戒曰勸助香油眾供令人世世芳盛香潔光

明容純絕偉天姿高秀  
戒曰勸助法師法服令人世世開雅道遠中  
國不墮邊夷男女端正冠冕玉珮稱諸身飾  
戒曰勸助國王父母子民忠孝令人世世多  
嗣男女賢儒不受諸苦

戒曰勸助齋靖讀經令人世世不墮地獄即  
昇天堂禮見衆聖速得返形化生王家在意  
所欲玩好備足七祖同歡善緣悉備終始榮  
樂道法轉至將得仙道

戒曰勸助衆人學經令人世世才智運動  
靜威儀常為人師

戒曰勸助一切布施施諫善事令人世世壽  
考官樂常無怨惱

戒曰勸助一切凡人除嫉去欲復行衆善令  
人世世安樂禍亂不生病者自愈仕宦高遷  
為衆所仰莫不吉祐門戶清貴天人愛育神  
魔恒護常生福地

太極真人曰人之行惡莫大於嫉殺貪著驕  
姪也若此一在心伐爾年命矣揆之以學神  
仙若不亦悲乎

太霄琅書十善十惡

十善既行十惡自息惡行善大惡德成是以上品戒云卹死度生救疾治病施惠窮困割已濟物奉侍師主營達靜舍書經校定修齋念道運身讓義不爭功名宣化愚俗諫諍解惡遣道立并植種果林教化童蒙勸人作善施為可法動靜可觀教制可執行常使然十善通行謂之道士不修善功徒勞山林能信斯旨勤專諸戒戒部甚多隨緣所得無數諸戒無央科律皆輔一神攝於三業三業者口身心也運動造作善惡無量善惡十為惡端一者妄言二者綺語三者兩舌四者罵詈此四口惡返之則善五者貪愛六者竊盜七者姦淫此三者屬身八者嫉妬九者志瞋十者邪癡此三者屬心心業最重為十惡根斷絕十惡修十善本實言直語通和講誦謙讓捨財內外貞潔慶讚惟善敬信三專備此十善十惡永除

思微定志經十戒

一者不殺當念眾生二者不姦犯人婦女三

者不盜取非義財四者不欺善惡反論五者不醉常思淨行六者宗親和睦無有非親七者見人善事心助歡喜八者見人有愛助為你福九者彼來加我志在不報十者一切未得道我有不悛經云時有十二年少處世間

樂日相就共作好食酣飲嬉戲或復論議持戒之難易天尊以道眼遙見此人前世曾為人師而秘怯經典建諸弟子於道之心亦復猶豫因此微緣猶可度耳於是

天尊化作凡人從會中過託之乞食因悉共語諸年少輩復論如初中一人曰我數隨兄至安樂山見諸道士悉持十戒肅肅甚佳洎至於死魂神所在亦當不虛但其十戒人持難悉從耳化人曰持此甚易違此甚難諸人問化人曰云何持戒則易不持返難化人曰

立身如戒上不畏天子亦不畏鬼神何謂之難違戒之者悉畏之是難也其中一人曰餘戒可持惟酒難斷所以者何我先服散散者發之日非酒不解是故難耳化人曰散發所

須此乃是樂將養四太樂通可通但勿過量

耳一人曰餘事即可妄語其難所以者何若有密事在尊長前應為隱諱而人見問不得欺欺即犯戒是故為難化人曰事有隱諱而人見問不得欺欺即犯戒是故為難化人曰事有隱諱理有方便此亦可通但勿善惡返

論說其長短耳一人曰餘戒即可唯盜戒難小小之間以挂犯人曰大事實難小小之間益可慎之而說偈曰

何不受盜戒 不受盜亦難 孰云闇昧中 中有記盜官 取一年年倍 倍倍殊不寬 以手捧鎗銅 燒口煮心肝 一朝言此苦 終年猶心酸 何不受此戒 保持必令完 我信彼亦信 在在無不安 安坐招靈人 永享長年歡

一人曰餘戒悉易淫最難斷所以爾者我曾履斯事數隨兄中食當中食時自云一日精進無不過理亦謂身後當得此齋戒之福至是夕夜是我所愁報來校槍雖苦加押迷不覺已爾每每如此是知最難化人曰色者是

想爾想悉是空何有色邪但先自觀身知身

無寄便知無色何可不忍且淫慾願恣如飲鹹水飲多渴多唯死而已何有厭足而說傷

色慾劇於渴 小忍差可度 何為進鹹水

水鹹益渴故 子能善解渴 當飲天甘露

甘露香且薰 通體皆流布 天人尋香降

玄趣自然悟 熙熙永無為 長保九天祿

一人曰餘悉可從唯然難戒所以者何我好歌難一食無難了自無味數日便瘦化人曰

賢者肥為人患瘦即體輕用肥何為即說傷

賢賢戒其然 亦無懷然想 衆生雖微微

亦悉樂生長 如何害彼命 而用以自養

自養今一時 累汝自然爽 長論三塗中

辛苦還復往 善惡各有緣 譬如呼有響

何不以此行 慈心以自獎 真人携刀手遊

逍遙雲景上

說此傷已化人見大威變極道之姿侍從僚

屬鈞天大樂非可目名返於上方諸人悉見

喜懼交集并聞要說意解開悟俱登道果

妙林經二十七戒

元始天尊告諸四衆一切衆生食着有為欣

生惡死意雖求生由造死業不持戒行假使

長壽猶如老樹有何殊別若持戒行死補天

官升仙自在人雖有王公之位上至帝皇死

皆重罪無益鬼神受苦不可堪忍善男子汝

等思惟明奉戒行直心行道吾為汝說天下

萬物無有長存有死有生有成有敗日出則

沒月滿則虧從古至今誰能違返若有道德

不生不滅修善者今月亦善今日亦善今時

亦善善善積德諸行修足善念護持今入法

寶戒曰

不得盜竊人物 不得妄取人財

不得妄言綺語 不得因恨殺人

不得貪嗔癡狂 不得慢老欺人

不得咒詛毒心 不得罵詈高聲

不得皆毀謗人 不得兩舌邪佞

不得評人長短 不得好言人惡

不得毀善自譽 不得自驕我慢

不得首毒藥人 不得投書謔善

不得輕慢經教 不得毀謗聖文

不得恃威凌物 不得貪姦好色

不得好殺物命 不得耽酒迷狂

不得殺生淫祀 不得燒野山林

不得評論師長 不得貪惜財賄

不得言人陰事

老君二十七戒

行無為行柔弱行守雖勿先動此上最三行

行無名行清淨行諸善此中第三行

行忠孝行知足行推讓此下最三行

右九行二篇八十一章集合為道舍尊早

同科九行備者神仙六行備者壽三行備

者增年

戒勿費用精神戒勿食含血之物崇其美色

戒勿傷王氣戒勿貪寶貨戒勿忘道戒勿為

妄動戒勿投形名道戒勿殺生戒貪功名此

上九戒

戒勿為耳目鼻口所娛戒常當謙讓戒舉百

事詳心勿惚惆戒勿學邪文戒勿資身好衣

美食戒勿求名譽戒勿貪高榮強求戒勿輕

戒勿盈溢此中九戒

戒勿與人諱曲直得失避之戒勿為諸惡戒勿厭貧賤強求富貴戒勿多忌諱戒勿稱聖人大名戒勿強梁戒勿禱祠鬼神戒勿自是戒勿樂兵此下九戒

右二十七戒二篇共合為道淵專早同行上備者神仙持十八戒備者壽持九戒備者增年不橫夭矣

雲笈七籤卷之三十八

雲笈七籤卷之三十九

齊書卷一百一十戒并叙

廿九

說戒

老君說一百八十戒并叙

昔周之末被王之時始出太平之道太清之教老君至瑯琊授道與千君千君受道法遂以得道拜為真人又傳太平經一百七十卷甲子十部後帝君篤病從千君投道護病病得除差遂復得道拜為真人今瑯琊有木蘭樹千君二君所治處也幽王時老君教胡蝶當入漢中過瑯琊千君得見老君老君謂千君曰吾前授汝助人救命憂念萬民拜署男女祭酒廣化惡人分布弟子使上感天心下動地祇當令王者歡心而自頃以來吾遂從千萬億里觀之諸男女祭酒託老君尊位貪財好色擅色自用更相是非各謂我心正言彼非真利於供養欲人奉已憎惡同道如賢嫉才驕恣自大禁止百姓當來從我我道最正彼非真也皆不當爾故來相語千言稽首再拜伏地叩頭百下唯唯告曰太上從今日

已去不知當何由去諸男女祭酒之重罪今祭酒輩空活既蒙道祐可得昇仙壽終之後不入九地下牢之苦非但祭酒復其萬民萬民無知法則祭酒之罪臣之過咎實在於己也唯願太上赦既往之失罪巨脩將來之善耳臣千吉死罪死罪老君曰可正安意定坐吾恐大道澆季萬民喪命一二祭酒死入九幽之下不足痛也吾但念萬民痛耳汝當善聽記錄心中當為後世作法則勅諸男女祭酒令改往行從今之善老君曰人生雖有壽萬年者若不持戒律與老樹朽石何異寧一曰持戒為道德之人而死補天官尸解昇仙世人死有重罪無益魂神魂神受罪耳祭酒明奉行之乃曰諸祭酒各明聽天下萬民無有長存人生有死物成有敗日出則沒月滿則缺從古至今誰能長存者唯道德可久耳今月亦善今日亦善今時亦善諸賢亦善師甲亦善弟子亦善萬神備具吏兵皆到今吾以諸賢故念萬民之命故授王甲禁戒重律當三遍讀之然後說戒曰

第一戒不得多畜僕妾  
 第二戒不得姪他婦人  
 第三戒不得盜竊人物  
 第四戒不得殺傷一切物命  
 第五戒不得妄取人一錢已上物  
 第六戒不得妄燒敗人一錢已上物  
 第七戒不得以食物擲犬中  
 第八戒不得畜猪羊  
 第九戒不得邪求一切人物  
 第十戒不得食大蒜及五辛  
 第十一戒不得作草書與人  
 第十二戒不得多以書相聞  
 第十三戒不得以藥落去子  
 第十四戒不得燒野田山林  
 第十五戒不得以金銀器食用  
 第十六戒不得求知軍國事及占吉凶  
 第十七戒不得妄與兵賊為親  
 第十八戒不得妄伐樹木  
 第十九戒不得妄摘草花  
 第二十戒不得數見天子官人妄結姻親

第二十一戒不得輕慢弟子邪寵以亂真  
 第二十二戒不得貪惜財物  
 第二十三戒不得妄言綺語隔戾嫉妬  
 第二十四戒不得飲酒食肉  
 第二十五戒不得多積財物侮蔑孤貧  
 第二十六戒不得獨食  
 第二十七戒不得販賣奴婢  
 第二十八戒不得破人婚姻事  
 第二十九戒不得持人長短更相嫌恨  
 第三十戒不得自習妓樂  
 第三十一戒不得言人惡事猜疑百端  
 第三十二戒不得言人陰私  
 第三十三戒不得說人父母本末善惡  
 第三十四戒不得面譽人屏處論人惡  
 第三十五戒不得以穢汙之物調戲人  
 第三十六戒不得以毒藥投洲池江海中  
 第三十七戒不得獨與宗族為親  
 第三十八戒不得輕踈他人之尊長  
 第三十九戒不得自殺  
 第四十戒不得勸人殺

第四十一戒不得別離他人家口  
 第四十二戒不得因恨殺人  
 第四十三戒不得投書謔人  
 第四十四戒不得自用  
 第四十五戒不得自貴  
 第四十六戒不得自驕  
 第四十七戒不得妄鑿地毀山川  
 第四十八戒不得惡言罵詈  
 第四十九戒不得以足踏六畜  
 第五十戒不得掩人目  
 第五十一戒不得以厭治病  
 第五十二戒不得希望人物  
 第五十三戒不得竭水渥  
 第五十四戒不得評論師長  
 第五十五戒不得裸形露浴  
 第五十六戒不得輕慢經教  
 第五十七戒不得慢老人  
 第五十八戒不得觀六畜交陰陽  
 第五十九戒不得調戲于人  
 第六十戒不得持威勢凌人



第六十一戒不得阿黨所親

第六十二戒不得帶刀杖若軍中不從此律

第六十三戒不得多作門戶別離居處

第六十四戒不得起瞋恚

第六十五戒不得罵人作奴婢

第六十六戒不得立小使

第六十七戒不得黥奴婢面

第六十八戒不得咒人命死敗亡

第六十九戒不得使人死敗

第七十戒不得亂縱行遊

第七十一戒不得張目視人

第七十二戒不得古吐向天

第七十三戒不得橫求人物

第七十四戒不得強乞擾亂百姓

第七十五戒不得為世俗人賦歛

第七十六戒不得為世俗人作禮頭主

第七十七戒不得為人園山塚宅起屋

第七十八戒不得上知星文卜相天時

第七十九戒不得漁獵傷然衆生

第八十戒不得淫泆他婦別離夫妻

第八十一戒不得視弟子偏頗視弟子當如

其子

第八十二戒不得奪人眼中心火

第八十三戒不得馳騁世俗吊問死喪宜密

哀恤之

第八十四戒不得與俗人共相群黨更相嘲

駁

第八十五戒不得敗人成功言是己德

第八十六戒不得擇好室舍好牀卧息

第八十七戒不得嘗毀人物以為惡

第八十八戒不得自舉己物以為好

第八十九戒不令驚怕令人恐悻

第九十戒不得擇人飲食為好惡說

第九十一戒不得為人往來惡言

第九十二戒不得以縣官中傷人民

第九十三戒不得預人間論議曲直事

第九十四戒不得強取人物以為恩重

第九十五戒不得冬天發掘地中寶藏蟲物

第九十六戒不得輕行妄遊日月馳騁

第九十七戒不得妄上樹搗葉破印

第九十八戒不得籠罩鳥獸

第九十九戒不得穿人家壁闚看人家內婦

女

第一百戒不得以穢汙之物投井中

第一百一戒不得塞池井

第一百二戒不得欺誑老人

第一百三戒不得妄發讀人書

第一百四戒不得訪枉良人為奴婢

第一百五戒不得積聚財寶以招凶禍

第一百六戒不得貪戀居家

第一百七戒不得藏埋器物

第一百八戒不得破壞見錢

第一百九戒不得在平地然火

第一百十戒不得施槐棘著道中

第一百十一戒不得多言弄口舌

第一百十二戒不得以書字之物自投埋於

廁前

第一百十三戒不得向他神鬼禮拜

第一百十四戒不得多畜世俗占事之書及

八神圖皆不得習

第一百五戒不得與兵人為侶  
第一百十六戒不得便溺生草上及人所食

之水申

第一百七戒不得與寡婦親愛

第一百十八戒不得祠祀鬼神以求僥倖

第一百十九戒不得為人多作忌諱

第一百二十戒不得自多忌諱

第一百二十一戒不得妄輕入江河中浴

第一百二十二戒不得妄假舉人物以為禮

略

第一百二十三戒不得為人保任券契買賣

四宅奴婢之事

第一百二十四戒不得與淫泆之家更相往

來

第一百二十五戒不得錄毒藥著器中

第一百二十六戒不得作惡厲聲帶當喜笑

第一百二十七戒不得為人作辭訟知人官

事

第一百二十八戒不得求密謀之書讀之

第一百二十九戒不得妄輟打六畜群衆

第一百三十戒不得無故走馬馳車

第一百三十一戒不得以手團食殘齒眾舖

第一百三十二戒不得驚鳥獸

第一百三十三戒不得向弟子評論人家食

飲善惡

第一百三十四戒不得妄開決波湖

第一百三十五戒不得自銜治病病家自當

來請求乃可往之

第一百三十六戒不得獨行行與人俱

第一百三十七戒不得為人謀合私利

第一百三十八戒不得廣求寶物

第一百三十九戒不得帶女人入山皆應別

歧異室

第一百四十戒不得叛本違末

第一百四十一戒常當設供養勿作難易

第一百四十二戒常當念清儉法慕清賢度

食牛飲

第一百四十三戒常當慎所投止先行視之

勿所驚觸

第一百四十四戒常當迴向正一不得俗事

第一百四十五戒常當立大意秉志不得雜

犯負違三尊教命

第一百四十六戒常當勤避嫌疑不得欺父

母固君師

第一百四十七戒常當勤求長生晝夜勿倦

不得懈慢

第一百四十八戒常當勤避惡處勿貪祿苟

榮利

第一百四十九戒常當勤服氣斷穀食為不

死道不得貪於飲食

第一百五十戒常當勤避兇人不得棄背朋

友

第一百五十一戒不得每飲食從一邊起及

歎叱言其美惡

第一百五十二戒每燒香當為萬姓請願令

天下太平不得為己

第一百五十三戒凡人呼汝為祭酒汝勿顧

畏人自作輕躁為百姓所不足

第一百五十四戒每得人食常當祝願令主

人得福一切飽滿

第一百五十五戒常時無事不得多聚會人

衆飲食狼藉

第一百五十六戒常時無事不得妄受人禮

敬

第一百五十七戒若入他處必先問賢人善

士當親依之不得自負

第一百五十八戒若入他處必先問其國所

禁忌

第一百五十九戒凡入人家必先問人家尊

親名諱

第一百六十戒凡至人家不得希望主人飲

食

第一百六十一戒不得與女人同行

第一百六十二戒不得與男女冥室中共語

第一百六十三戒凡衣物不得過畜三通

第一百六十四戒凡男女不得共生食飲交

手授受

第一百六十五戒凡天時災變水旱不調不

得患厭及其評議

第一百六十六戒凡居世人並惡多善少不

得悒悒道自護法

第一百六十七戒若人有罵汝汝但聽服不

得應答

第一百六十八戒若人侵謗汝汝但當自啓

白大道不得憂怖以損精神

第一百六十九戒若人以惡向汝汝重以善

往報之不得怨尤

第一百七十戒若人有持物與甲而乙不得

不得便恨人不與已

第一百七十一戒若人為已聲譽勿喜為己

毀辱亦不得嗔怒

第一百七十二戒若人為已殺鳥獸魚等皆

不得食

第一百七十三戒若見殺禽畜命者不得食

第一百七十四戒凡食物見麀敗不得食

第一百七十五戒凡不知所從來物不得食

第一百七十六戒不得絕斷眾生六畜之命

第一百七十七戒若能食菜最佳而不得食

向王者

第一百七十八戒不得言已能崇賢重聖吾

當度汝汝遇真仙

第一百七十九戒若行無居家可投便止宿

樹木巖石間諷誦一百八十戒文神自管

衛汝三重兵賊鬼虎不敢近汝不得少有

急慢

第一百八十戒若行戒不犯犯即能悔改往

修來勸人奉受念戒不念惡廣度一切五

拜神真成汝清志不得轉退

老君告弟子曰往昔諸賢仙聖皆從一百八

十戒得道道本無形從師得成道可師度師

不可輕弟子稽首再拜受命而退

老君說五戒

老君曰是五戒者持身法之根善男子善女

人願樂善法受持終身不犯是為清信得經

得法永成道真於是尹喜聞受既已再拜而

問何故有五

老君曰五者攝一切惡猶天有五精以攝萬

靈地有五行以攝群生人有五藏以攝神明

戒者防也防其失也失而不防則三塗盈逸

天人虛空是故五也尹喜曰大手戒也何故

失也

老君曰本得無失而得亦無所失本得無失

為前身過去已得此戒故於全身而無失

也而今身有失者前身無戒或有而違犯

故有失耳雖有失而於今得受持者則見

生無失後身復善故既失而得亦無所失

前頌云世世受大福即此義也尹善所問

一失而併舉二失恭之是對其後問頓顯

前身此生後身也明人稟道本自無失義

見經中

老君曰五戒者在天為五緯天道失戒則見

災祥在地為五嶽地道失戒則百穀不成在

數為五行五數失戒則水火相薄金木相傷

在治為五帝五帝失戒則祚夭身亡在人為

五藏五藏失戒則性發狂

老君曰是五戒於此而順於彼故然戒者東

方木也受生氣尚於長養而人犯煞則肝受

其害盜戒者北方水也太陰之精主於閉藏

而人為盜則腎受其殃姪戒者西方金也少

陰之質男女貞固而人好姪則肺受其疹酒

戒者南方火也太陰之氣物以之成而人好

酒則心受其毒妄語戒者中央土德而人妄

語則脾受其辱五德相資不可虧缺

老君曰此五失一則命不成是故不能者乃

至無有煞心不盜者乃至無有邪取不淫者

乃至無有邪念不飲酒者乃至無有執立不

妄語者乃至無有漏泄如是可謂成也

老君曰戒中淫酒能生五惡戒者戒惡也世

之男女謹淫穢於骨肉上慢下暴毀滅天德

沉醉爭訟禍命辱身妄詐欺誑罔有所由六

親相盜非但於他煞害眾生利養身口如此

等輩見生受業永墜諸苦備加五惡無有休

限如有出者當在邊夷短命傷殘夫婦醜惡

及不貞廉貧窮凍露在處不安如有財畜為

人所奪言說不信人所不親慮慮懍眾所

慢輕

化胡經十二戒

老君曰戒之不飲酒常常莫念醉五聲味相

和混沈亂正氣

戒之不食肉心當莫念煞含血有形類元氣

所養法

戒之勿罵詈言當禁呪舌罵人為自罵呪人

為自殺

戒之勿欺詐言當有成契欺人為自欺華詞

為有誓

戒之勿為盜見利當莫取所利為贓罪貪利

更相害

戒之勿淫泆常當與色絕陰形相感動子命

為夭折

戒之勿慳吝有物無過惜富饒當施惠慳貪

後受厄

戒之勿剛強當可自屈折強者必先摧剛者

必先缺

戒之勿視聽耳目當常閉遠視令精散聽聽

神潰亂

戒之勿言語其口當常吸語煩則費炁多言

則有失

戒之勿恚怒心懃當莫發金木水火土五行

更相伐

戒之勿淫祀邪鬼能亂真但當存正念道氣

自扶身

修齋求道當奉十戒

第一戒者心不惡妬無生陰賊檢口慎過想

念在法

第二戒者守仁不煞惡濟群生慈愛廣救潤

及一切

第三戒者守真讓義不濫不監常行善念損

已濟物

第四戒者不色不慾心無放蕩真潔守慎行

無玷汙

第五戒者口無惡言言不華綺內外忠直不

犯口過

第六戒者斷酒節行調和氣性神不損傷無

犯眾惡

第七戒者不得始人勝已爭競功名每事遜

讓退身度人

第八戒者不得評論經教毀聖文恭心承

法恒如對神

第九戒者不得關亂口舌評詳四輩天人答

恨損傷神氣

第十戒者舉動施為平等一心人和神穆行  
常使然

說戒喻

海空智藏經曰譬如有人持漆槃欲渡大海  
爾時海中有一魔賊即從此人乞索漆槃其  
人聽已思惟念言我今若與必定沒死於是  
答言今者魔賊汝寧然我漆槃巨得魔賊復  
言汝若不能全與我者思患其半是人猶故  
心存不與魔賊又言汝若不能惠我半者請  
願與我三分之一是人又言寧當俱死終不  
與槃魔賊又言唯願大惡哀愍我等施我手  
實是人思惟即自念言是我實者終不與汝  
魔賊又言若復不能與我實者我今飢窮眾  
苦所逼願當濟我如微塵許是人復言然我  
今日方當渡海不知東西近遠云何若當與  
汝我今身者大海之難何由得往又恐中路  
沒水而死恨復何及善男子真人童子護持  
禁戒亦如彼人護惜漆槃不與魔賊善男子  
真人童子如是守護微妙淨戒亦復如是魔  
賊又言汝當信我終不相欺但捨漆槃護持

餘槃以是因緣令汝安穩得至彼岸其人兩  
時應自念言我今寧沒海中終不毀槃魔賊  
又言汝若不能毀漆槃者可欲汝毀乎上寶  
珍以是因緣令汝安穩得至彼岸如是其人  
亦復不毀魔賊又言汝若不能捨手寶亦可  
捨汝明珠以是因緣令汝安穩得至彼岸爾  
時其人亦復不捨爾時魔賊思惟良久反面  
而退於是其人乘漆槃行得到彼岸思惟念  
言我今行者魔賊來難我執漆槃堅固不捨  
得到彼岸當由我心牢固不捨如是漆槃手  
寶明珠足下金鑄護持堅固起造成庫安著  
寶槃善男子海空智藏若有眾生護持海空  
微妙淨戒堅持牢固亦如其人護持寶槃亦  
復如是矣

雲笈七籤卷之三十九

說戒

說百病

老君曰救災解難不如防之為易療疾治病不如備之為吉今人見背不務防之而務救之不務備之而務藥之故有君者不能保社稷有身者不能全壽命是以聖人求福於未兆絕禍於未有蓋災生於稍稍病起於微微人以小善為無益故不肯為以小惡為無損故不肯改小善不積大德不成小惡不止以成大罪故摘出其要使其所生焉乃百病者也

喜怒無常是一病 忘義取利是一病  
好色壞德是一病 身心係愛是一病  
憎欲令死是一病 縱貪蔽過是一病  
毀人自譽是一病 擅變自可是一病  
輕口喜言是一病 快意逐非是一病  
以智輕人是一病 乘權縱橫是一病  
非人自是是一病 侮易孤弱是一病

以力勝人是一病 威勢自情是一病  
語欲勝人是一病 貨不念價是一病  
曲人自直是一病 以直傷人是一病  
惡人自喜是一病 喜怒自伐是一病  
惡人自賢是一病 以功自與是一病  
名人有非是一病 以勞自怨是一病  
以虛為實是一病 喜說人過是一病  
以富驕人是一病 以貴輕人是一病  
以貧如富是一病 以賤訕貴是一病  
說人求媚是一病 以德自顯是一病  
敗人成功是一病 以私亂公是一病  
好自掩意是一病 危人自安是一病  
陰陽嫉妬是一病 激厲旁悖是一病  
多憎少愛是一病 評論是非是一病  
推負著人是一病 文拒鉤錫是一病  
持人長短是一病 假人自信是一病  
施人望報是一病 無施責人是一病  
與人追悔是一病 好自怨諍是一病  
罵詈蟲畜是一病 疊道獸人是一病  
毀譽高才是一病 憎人勝己是一病

毒藥耽飲是一病 心不平等是一病  
以賢噴高是一病 追念舊惡是一病  
不受諫諭是一病 內踈外親是一病  
投書敗人是一病 談愚癡人是一病  
頰奇輕躁是一病 摘搖無理是一病  
好自作正是病 多疑少信是一病  
笑顛狂人是一病 踴踴無禮是一病  
醜言惡語是一病 輕易老少是一病  
惡態醜對是一病 了戾自用是一病  
好喜嗜笑是一病 喜禁固人是一病  
說謔說諂是一病 嗜得懷詐是一病  
兩舌無信是一病 乘酒歌橫是一病  
罵詈風雨是一病 惡言好殺是一病  
教人墮胎是一病 干預人事是一病  
孔穴窺視是一病 借不念還是一病  
負債迷鴉是一病 背向異辭是一病  
喜抵擇戾是一病 調戲必圓是一病  
故迷誤人是一病 探巢破窠是一病  
剗胎剗形是一病 水火敗傷是一病  
笑盲聾喑是一病 教人嫁娶是一病

教人撻捶是一病 教人作惡是一病  
舍禍離愛是一病 唱禍道非是一病  
見便欲得是一病 強奪人物是一病  
老君曰能念除此百病則無災累痛疾自愈  
濟度苦厄子孫家枯矣

崇百樂

老君曰古之聖人其於善也無小而不得其  
於惡也無微而不改而能行之可謂餌樂焉  
所謂百樂者

體弱性柔是一樂 行寬心和是一樂  
動靜有禮是一樂 起居有度是一樂  
近德遠色是一樂 除去欲心是一樂  
推分引義是一樂 不取非分是一樂  
雖憎猶愛是一樂 好相申用是一樂  
為人願福是一樂 救禍濟難是一樂  
教化愚蔽是一樂 諫正邪亂是一樂  
戒勅童蒙是一樂 開導迷誤是一樂  
扶接老弱是一樂 以力助人是一樂  
與窮卹寡是一樂 矜貧救危是一樂  
位高下士是一樂 語言謙遜是一樂

恭敬卑微是一樂 不負宿債是一樂  
懲尉篤信是一樂 質言端慤是一樂  
推直引曲是一樂 不爭是非是一樂  
逢侵不鄙是一樂 受辱不怨是一樂  
推善隱惡是一樂 推好取醜是一樂  
推多取少是一樂 稱歎賢良是一樂  
見賢自省是一樂 不自彰顯是一樂  
推功引苦是一樂 不自伐善是一樂  
不掩人功是一樂 勞苦不恨是一樂  
懷實信厚是一樂 覆蔽陰惡是一樂  
富有假乞是一樂 崇進勝己是一樂  
安貧不怨是一樂 不自尊大是一樂  
好成人功是一樂 不好陰私是一樂  
得失自觀是一樂 陰德樹恩是一樂  
生不罵詈是一樂 不評論人是一樂  
好言善語是一樂 災病自咎是一樂  
苦不假推是一樂 施不望報是一樂  
不罵畜生是一樂 為人祝願是一樂  
心平意寺是一樂 心靜意定是一樂  
不念舊惡是一樂 匡邪弼惡是一樂

聽諫受化是一樂 不干預人是一樂  
忿怒自制是一樂 解散思慮是一樂  
尊養老者是一樂 閉門恭肅是一樂  
內修孝悌是一樂 蔽惡揚善是一樂  
清廉守分是一樂 好飲食人是一樂  
助人執忠是一樂 救日月蝕是一樂  
遠嫌避疑是一樂 恬悛寬舒是一樂  
尊奉聖文是一樂 思神念道是一樂  
宣揚聖化是一樂 立功不倦是一樂  
尊天敬地是一樂 拜謁三光是樂  
恬悛無欲是一樂 仁順謙讓是一樂  
好生惡殺是一樂 不多聚財是一樂  
不犯禁忌是一樂 廉潔忠信是一樂  
不多貪財是一樂 不燒山木是一樂  
空車助載是一樂 直諫忠信是一樂  
喜人有德是一樂 赴與窮乏是一樂  
代老負擔是一樂 除情去愛是一樂  
慈心愍念是一樂 好稱人善是一樂  
因富而施是一樂 因貴為惠是一樂  
老君曰此為百樂也人有疾病皆有過惡陰

掩不見故應以疾病因緣飲食風寒濕氣而起由其人犯違於神致魂遊魄喪不在形中體肌空虛精炁不守故風寒惡炁得中之是以聖人雖處幽闇不敢為非雖居榮祿不敢為利度形而衣量分而食雖富且貴不敢恣欲雖貧且賤不敢犯非是以外無殘暴內無痿癈可不慎之焉

### 初真十戒

天真言出家超俗皆宿有良契故能獨拔常倫若慎終始精至修縛當福延七祖慶流一門所謂九層之臺起於累土千里之行始於足下乃至功成德就白日昇天於是才開度之時宜受初真之戒其戒有十爾當受之第一戒者不得陰賊潛謀害物利己當行陰德廣濟群生

第二戒者不得殺害含主以充滋味當行慈惠以及昆蟲

第三戒者不得淫邪敗真穢慢靈氣當守貞操使無致犯

第四戒者不得欺人成功離人骨肉當以道

助物令九族雍和

第五戒者不得譏毀賢良靈才揚己當稱人之美善不自伐其功能

第六戒者不得飲酒過差食肉違禁當調和氣性專務清虛

第七戒者不得貪求無厭積財不散當行節儉息卹貧窮

第八戒者不得交遊非賢居處穢雜當慕勝已棲集清虛

第九戒者不得不忠不孝不仁不信當盡節君親推誠萬物

第十戒者不得輕忽言笑舉動非真當持重寡詞以道德為務

能保此十戒始終無虧則天道祐之神明輔之欲求兗橫不可得也若朝為夕替泄慢正真自貶其殃無怨咎於高靈也凡初入道之子不可不勗之

### 清戒

太玄部卷第八老君傳授經戒儀注訣云凡受戒及經畢後月晦日半夜不可不齋齋則

清戒清戒竟夜誦之百遍千遍限外無數未

堪如此者不可減九遍他日齋靜行來出入得誦更不必齋時宜諮師訪友思而行之不

須高聲心口相知在人眾中勿發於口當能感通上聖正一法文下卷云凡為道民便受

護身符及三戒進受五戒八戒然後受錄從前未受戒者受錄之後依次受之誦習通利

恒存思行持憶不謬忘則不犯科未受錄之時無所呼召受錄已後動靜呼神不行戒者

呼之不至破戒之人吏兵遠身還上天曹考官便逮致諸厄疾公私災橫輻輳甚否所作

不成成功立德捨闇入明施善懷慈以吉除凶要在行戒神即祐之戒有別文精詳修習

或有不解或有遺忘或有謬誤或冒禁故或尊上逼迫或長死犯之皆是招愆悉名破戒

即應懺悔首謝自新也凡違戒者背負勸言協道信邪雜事佛俗此為不專中心懷貳惑

迷猶豫惑障纏深師三誨之必能改革守一不迴召神有効三誨不悛是為叛道乖逆師

尊法應奪錄入佛奉俗及元所事師慈愍之



不追咎責怨對事他業本逐末雖名奉道實犯正科諸官不得容受積久知悔更立功乞還許依聽異違夫

太玄都中官女青律戒

凡修上清之法不得北向及本命之上二處便溺觸忤玉晨穢慢本真五犯不得入仙也士犯被考左官死入地獄三塗之中萬劫還生不人之道

凡上學之士受三天正法四明之科佩帶真文出入三光及宜卧息不得露頭不著巾帽及脫衣露形毀慢身神恥辱真文令真靈遠逝空尸獨在三犯不得入仙也五犯死入地獄萬劫還生不人之道

凡上學之士受三天正法四極明科妄入殮穢哭泣悲淚吊問死喪五犯伐功斷事不得入仙也十犯死入地獄萬劫還生不人之道

太上黃素四四方經戒

凡道士存思上法及修學太一事皆禁見死尸血穢之物當以真硃一鉢散入水中因以洗目漱口并洗手足微呪曰

三元上道太一護形司命公子五神黃寧血尸散滅凶穢沉零七液經注五藏華生令我仙度長耳利貞

凡道士受學長生法不得稱死事稱死事者則生氣變動不居常宅故炁運入鬼神離棄是以惡炁遊尸陳其間孔矣持病將死之漸也真一條檢經云夫立功德者不得觸禁犯忌當與身神相和不可更相尅賊更相尅賊則生災起禍也夫消災散禍不得用本命行年如用本命行年賊害汝身

金書仙誌戒

夫學于仙之人勿北向使曲仰視三光勿北向理髮解脫衣裳勿北向唾罵犯破毀王破謂歲下辰也王謂王炁之所在也勿怒見日月星辰勿以八節日行威刑勿以月朔日怒恚勿以三月三日食百草心勿以四月八日殺草伐樹勿以五月五日見血物勿以六月六日起土勿以七月七日思存惡事勿以八月四日市履履附足之物勿以九月九日起牀席勿以十月五日罰責人也勿以十一月十

一日不沐浴勿以十二月三日不齋燒香念仙也諸如此忌天人大禁三官告察以是為重罪矣或令人三魂七魄流競或胎神所憎三官受惡之時也是以惡夢交於丹心妖魅乘其未閱精液觸犯神真煩惱流變多禁莫識其術子能奉修則為仙才不奉天禁則為傷敗

受法之身不入產婦之尸及不見尸者謂異處斷隔於來往則乃朝禮無廢不拘日數之限若寒無隔異者四十五日外方得朝禮正一法文下卷云協道信邪此為不專中心懷貳惡遂猶豫是為叛道乖逆師尊法應奪筭

太上黃素四四方經云凡修太一之事及行上法存神之道慎不可見尸及血穢之物見一尸則一年不得行事又却傾一年之功然此帝一之科常却罰於既往又進塞於將來若一年三見尸者則罰功斷事各三年也若過見二十四尸者皆不得復行太一以求仙也

凡修受上法及雌一太一之事者此身中三魂五神之炁常薰於巾服之中七鬼九靈餘精常棲於履屐之下是以道士學長生不死不得雜席而寢故衣褐之服不惜非已之炁履屐之物常惡土穢之奠亦不故使雜人犯觸以驚三魂

凡道士吐納和炁存神服霞修求長生之事慎不可食五葷之菜及為酒色之病敗也是故古之神人云五葷為伐藏之斧斤酒色為喪身之棺槨夫能斷斧斤之所傷塞棺槨之死宅者然後可以陟長生之途徑漸神仙之蹊路乎

凡存修太一之事欲有所禮願慎不可叩頭叩頭者則傾九天動千真神官迴覆泥丸倒懸天帝號於上府太一泣於中田數如此者則存念無益廿三真棄官七神漂散玄宅納凶是為太一五神之至忌也故古之真人但心存叩頭運精感而行事不因頹頹以析靈也凡修行太一之事真人之道不得有所禮拜禮拜亦帝君五神之所忌也若有所精思行

禮願之時但心拜而已不形屈也

### 上清大洞戒

凡修雌一之法不得夜哭哀哭感則五神號於上府太一泣於中田神喪精亡靈真去身空尸獨立復何仙冀哉不得見尸一年不得行事知傾一年之功若一年見三尸者則三年不得行事亦知三年之功見二十四尸者失道矣前文太素亦與此大同小異矣亦不得言穢死事恚怒願已之死言滿四十不得為真人以為棄生之罪三年身亡滅矣不得衣五色衣裳敷華好服則真靈去身淫邪內發馳心猖獗潛逸赤子飛騰長離玄官破形解骸身死名滅若衣服勿雜色蘭布之服可以終日詠誦洞章莫求不得乘雲駕龍逍遙太極

### 靈寶戒

真仙內科云玄功之人常布衣草復不得禁華之服犯者失道祖父父母已父母同法可拜不同法不得拜叔伯以下不同法亦不得拜犯者身亡父母吉會不得預坐父母兄弟妻

子同契雖有骨血之親皆不得同牀而生同盤而食其法不同皆為尸穢犯者失道夫妻不得同室而寢若邪念在心長失道矣自非同盟不得同室而寢自非同契不得同牀而坐同盤而食同衣而服犯者失道

凡身荷仙官靈籙不得妄拜妄哀不得妻哭凡於父母國君官長二十石刺史三公皆設敬不得即謀禮拜

### 受持八戒齋文

劉宋朝陸先生脩靜上啓

元始天尊無極大道感應靈聖一切神明今有善男子善女人等求欲受持八戒清齋一日一夜用以檢御身心滅諸三業罪惱者故洞神經第十二云夫齋以齊整身心為意身心齊整保無亂敗起發多端大略有八

- 一者不得殺生以自恣
- 二者不得姪慾以為悅
- 三者不得盜他物以自供給
- 四者不得妄語以為能
- 五者不得醉酒以恣意

雲笈七籤卷之四十一

概一

新刊的書卷其詳本數據續修四庫全書

七籤雜法

沐浴

六者不得雜卧高廣大牀  
七者不得膏習香油以為華飾  
八者不得耽著歌舞以作倡伎  
今日善男子善女人等人若能不犯此之八  
事則八敗無從以起則八成自然而立立久  
不失則延年保命神通洞達是故齋者受持  
八戒思具行通通而無窮顯驗必速皆如所  
期也今請受既畢再拜起奉戒而退

雲笈七籤卷之四十

太上素靈經云太上曰兆之為道存思大洞  
真經每先自清齋沐浴蘭湯  
太上靈寶無量度人上品妙經云道言行道  
之日皆當香湯沐浴  
黃錄簡文經云奉經威儀登齋誦經當沐浴  
以精進若神氣不清則魂爽奔落  
紫虛元君內傳云夫建志內學養神求仙者  
常當數沐浴以致靈氣玉女降祥不沐浴者  
故氣前來三官穢汙  
仙公請問經云經淨不以香水洗沐則魂魄  
奔落為他鬼所拘錄  
三元品戒曰常以正月十五日七月十五日  
十月十五日平旦中夜沐浴東向以杓迴香  
湯左轉三十二遍閉目思日光在左目上月  
光在右目上五星纏絡頭上五雲蓋體四靈  
侍衛訖便叩齒三十二通祝曰

天澄氣清五色高明日月吐輝灌我身形神  
津內澳香湯鍊形光景洞曜煥映上清氣不  
受塵五府納靈罪滅三塗禍漏九冥惡根斷  
絕福慶自生今日大願一切告盟身受開度  
升入帝庭卑仰咽液三十二通止便洗沐畢  
冠帶衣服又叩齒十二通祝曰  
五濁以清八景以明今日受鍊罪滅福生長  
與五帝齊參上靈祝畢便出入入室依法行  
道夫每經一施皆須沐浴修真致靈特宜清  
淨不則多病侍經具官計人罪過沐浴香湯  
用竹葉桃枝栢葉蘭香等分內水中煮十數  
沸布囊濾之去滓加五香用之最精  
太丹隱書洞真玄經云五香沐浴者青木香  
也青木華葉五節五五相結故辟惡氣檢魂  
魄制鬼烟致靈跡以其有五五之節所以為  
益於人耶此香多生滄浪之東故東方之神  
人名之為青木之香焉又云燒青木薰陸安  
息膠於寢室頭首之際者以開通五濁之臭  
絕止魔邪之惡直上衝天四十里此香之煙  
也破濁臭之蒸開邪穢之霧故天人玉女太

一帝皇隨香炷而來下憇子之面目間滿燒香夜特亦常存而為之

黃氣陽精三道順行經云上學之士服日月皇華金精飛根黃氣之道當以立春之日清朝衣白豔挑皮青木香三種東向沐浴

西王母寶神起居玉經云數澡浴要至甲子當沐浴不爾當以幾<sup>音</sup>月日且使人通靈浴不患教患人不能耳蕩練尸是而真氣來入又云太上九變十化易新經曰若履穢穢及諸不淨處當洗添浴盥解形以除之其法用

竹葉十兩桃皮削取白四兩以清水一斛二斛於釜中煮之令一沸出適寒溫以浴形即萬穢消除也既以除穢又辟濕痺瘡癩之疾且竹虛素而內白桃即却邪而折穢故用此二物以消形中之滓濁也天人下遊既返未嘗不用此水以自蕩也至於世間符水祝漱外舍之近街皆莫比於此方也若浴者蓋佳但不用此水以沐耳  
三皇經云凡齋戒沐浴皆當盥沐五香湯五香湯法用蘭香一劬荊花一劬零陵香一劬

青木香一劬白檀一劬凡五物切之以水二斛五斛煮取一斛二斛以自洗浴也此湯辟惡除不祥死降神靈用之以沐并治頭風

太上七晨素經云每以月一日十五日二十三日一月三取三川之水一斛一經云三川

水取三江口水一經云取三井水亦佳難舌青木香零陵香薰陸香沉香五種各一兩搗內水中煮之水佛使出盛器之中安著床上書通明符著中以浴未解衣先東向叩齒二十四通思頭上有七星華蓋雲霧覆滿一室

神童散香在左玉女執巾在右畢取水含仰漱左右三通祝曰  
三光明照五神澄清天無浮翳地無飛塵沐浴東井受胎返形三練九戒內外齋精玉女執中玉童散靈體香骨芳上造玉庭長保元吉天地俱昇畢脫衣東向先漱口三過次洗手面然後而浴也浴畢轉西向陰祝曰  
沈濁除塵洗穢返新改易故胎永受太真事訖取符沉著井中天帝君沐浴上法受之元始天王按法修行體香骨芳得為帝皇傳付

天帝君修行得流精紫光覆冠帝身天帝君傳南極上元君上元君修行得流芳上徽香

聞三清傳付太微天帝君修行五方自生神芝來會帝房傳付上聖金闕君金闕君修行面生玉澤體發奇光傳付上相青童君青童

君修行香充三清光映十方此之妙道非世所行秘在南極紫房之內有分應仙當得此經按文修行三元紫房體生玉澤面發奇光神聰奇朔究微無窮能行其道白日登晨外國放品經云沐浴金門冠帶神輝學同天

人壽極二儀高上合惟萬仙總歸正虛結符永無傾危

沐浴七事獲七福

沐浴身心經云沐浴內淨者虛心無垢外淨者身垢盡除存念真一離諸色染證入無為進品聖階諸天紀善調湯之人功德無量天真皇人復白  
天尊未審五種香湯獲七福因何者為是何所修行有何勝業願更聞曉天尊答曰五香者一者白豔能去三尸二者挑皮能辟邪氣

三者栢兼能降真仙四者東陵能集靈聖五者青木香能消穢召真此之五香有斯五德  
 七福因者一者上善水二者火薪三者香藥  
 四者浴衣五者澡豆六者淨巾七者蜜湯此  
 七福因能成七果一者常生中國為男子身  
 二者身相具足三者身體光明眼瞳傲視四  
 者髭髮紺青圓光映項五者唇朱口香四十  
 二齒六者兩手過膝七者心聰慧通了三  
 洞經法

沐浴吉日

正月十日沐浴令人齒堅  
 二月八日沐浴令人輕健  
 三月六日沐浴令人無厄  
 四月四日沐浴令人無訟  
 五月一日沐浴令人身光  
 六月二十七日沐浴令人輕健  
 七月二十五日沐浴令人進道  
 八月二十二日沐浴令人無非禍  
 九月二十日沐浴令人辟兵  
 十月十八日沐浴令人長壽

十一月十五日沐浴令人不憂畏  
 十二月十三日沐浴得玉女侍房  
 洞玄真一五稱符上經云黃帝曰天老以小  
 兆未知天炁故受此靈寶五稱符經按東井  
 識清潔吉日沐浴齋淨受靈寶符

正月十日人定時  
 二月八日黃昏時  
 三月六日日入時  
 四月四日日昃時  
 五月一日日中時二十九日巳時

六月二十七日食時  
 七月二十五日早食時  
 八月二十二日日出時  
 九月二十日雞三鳴時  
 十月十八日雞初鳴時  
 十一月十五日過夜半時  
 十二月十三日夜半時此皆當天炁月宿東  
 井時與神仙合會此日蘭湯沐浴已也  
 老君河圖修身成云  
 正月十日人定時沐浴除過無極

二月八日黃昏時沐浴除過二千  
 三月六日日入時沐浴除過三百  
 四月十三日夜半時沐浴除過二十  
 五月一日日昃時沐浴除過二十  
 六月二十七日日中時沐浴除過六百六十  
 七月七日日中時沐浴除過七百三十  
 八月二十五日日入時沐浴除過七十  
 九月二十日日出時沐浴除過九百六十  
 十月二十八日平旦時沐浴頭白返黑壽同  
 仙人除過無極

十一月四日雞鳴時沐浴除過二十三  
 十二月三十日夜半時沐浴除過三千  
 洞玄二十四生圖經云天河灌東井石景水  
 母精圓光拂靈曜玄暉瑩高明元始披重夜  
 天人逐月生沐浴湖池上龍負長史說金童  
 灑香華玉女流五星冠帶濯玉津鍊度五仙  
 形體香萬神降乘景登高清  
 洞真太上黃素四四方經云凡存念上道  
 呪除三尸之時常當採取白芷草根及青木  
 香合以東流水煮取其汁以沐浴於身辟諸

血尸惡煞可和香燒之以致神明若無青木香者亦可單用白芷

清虛真人曰每至甲子必當沐浴

紫微夫人曰沐浴不欲數者鬼之性也性違

鬼返是鍊其濁穢鬼自亡矣

真語云南嶽夫人曰浴不厭數惡人不能耳數則盪鍊尸臭而真炁來入

金房度命上經云修度命迴年之道每以六

癸之日取坵泉之水一斛就本命日取白芷

桃皮栢葉各一觔合煮令沸正中而浴臨浴

之時向本命叩齒九通思玉童三人執巾在

左玉女二人擎香在右紫雲華蓋覆到前後

微祝曰

天地洞清洗穢除塵鍊化九道返形太真百

關納靈雷節受新清虛監映內外敷陳日吉

時良度命迴年玉童玉女為我執巾玄靈紫

蓋冠帶我身使我長生天地同根畢使浴浴

訖還入室東首而卧取粉自飾通身令巾仍

摩兩掌令熱拭面二七又微祝曰

天朗照清我身已精塵穢消除九孔受靈使

我變易還返童形引骨更生體映玉光面發金容

洞神經第十二云上元齋者用雲水三斛青

木香四兩真檀七兩玄參二兩四種合煮一

沸清澄適寒溫先沐後浴此難辦者用桃皮

竹葉剉之水一二斛隨多少煮一沸今有香

氣人人作浴內外同用之辟惡除不祥沐浴

室令香淨勿近圍滷勿逼井窻勿侵堂壇勿

用穢地故廁牢獄尸柩堂居皆不可用

栢沐浴

道書云凡道士理髮將髻及沐頭將散髮之

時先叩齒七通乃祝曰

太帝散華玄歸大神今日元吉理髮沐塵辟

惡除患長生神仙畢乃髻之竟又叩齒七通

都畢此名為太帝散華理髮內法令人終年

不病耳目聰明頭腦不痛

凡道士浴身及洗手面之時先臨水叩齒三

通乃祝曰

四大開朗天地為常玄水澡穢辟除不祥雙

童守門七靈安房雲津鍊灌萬然混康內外

利貞保益黃裳祝畢又叩齒三通乃洗手面此名為澡穢除凶七房祝法常能行之者使人神明血淨時詣凶氣

解穢并

夫神氣清虛真靈所守身心混濁邪氣害人

入靖思真要須清潔不履眾惡吉祥止焉道

士女官受法已後特忌淹穢諸不且者不在

復限

玄都律曰民家淹滯不過晦朔不得入浴哭

亦三日穢三年之喪未滿百日並不得書符

奏章朝真入靖道者奪算一紀

太極法師曰道士女官先無淹穢哭亦不淹

唯須佩籙者身或被縣官繫閉出後香湯沐

俗解淹穢三日已後始得入靖夫淹忌臨屍

入產婦室及喪家齋食產家三日并滿月及

見喪車靈堂六畜生產抱嬰兒胎穢哭泣不

得言死亡事及不祥事午前忌之不得見血

肉死禽獸竅卧搗髮飲食便曲並不得向灶

便曲不得視三先養十二辰肉魚腥五辛並

忌若婦人有經通不得近亦不得與同房寢

卧并造醮食及近道場如夢洩亦須解穢若見死柩喪車速存火從自己心中直出往燒之赫然死柩喪車並為灰燼便想烈風吹之又閉目內視令火自焚舉體潔白見穢氣消滅即解矣又存一真人頭戴綠中九鳳真官

口中含水噴洒穢亦消解乃朱書解穢符在符

細書時三叩齒稱合明天帝日閉氣書之置水中以刀子左攪水三布想見斗星在水中祝曰

百淹之鬼速走萬里不走斬死西方白童子

急急如律令則含水噴洒穢氣都散歲除日

不浴元日不沐浴尋常五日一浴十日一沐浴

用桃竹

朝禮

朝真儀云每月一日十五日三元日庚申甲

寅甲子八節三會本命等日並須朝禮若與

戊辰戌天父天母殺害日常日殺同者即不可為之凡朝禮先一日以桃湯澡浴如法

在解穢篇中並不得食葱薤韭蒜乳酪等至其日更潔衣服執香爐至靖戶外叩齒三通

微祝曰

守靖玉女四明功曹今欲朝禮願通達上聞

便開門先進左足至香案前置爐案上執簡

平立臨目叩齒三通存思玉童玉女在香案

左右即長跪三捨香訖起平立又微傳身發

爐祝曰

太上玄元五靈老君當召功曹使者左右龍

虎君捧香使者三氣正神急上開啓三天太

上玄元道君且今正爾燒香朝真願得九天

正真生氣降且身中令且所啓速達逕御

太清紫微官真玄元大道君凡前畢起存心

若至金闕前再拜訖又長跪叩齒二十四通

祝曰

正一盟威弟子某甲稽首歸身歸神歸命

太清玄元無極大道太上老君太上丈人天

帝君天帝丈人九老仙都君九炁丈人百千

萬重道炁千二百官君太清玉陛下且幸賞

夙慶得奉道真竊不自揆輒希長生誓已立

功修德乞願赦且積生已來至于今日所犯元惡重罪咸賜蕩除許且自新補復前咎令

九祖父母幽魂苦典皆下拔九幽上昇天衢

令且修道克合誠精削除死籍注上玄籙闈

門之內共保元吉生成之惠實在於此且某

叩頭便以簡叩頭謹啓若更有他事任隨

意言之但不得繁矣訖又再拜便於禮處伏

地以簡叩頭搏頰說復爐祝曰

香官使者左右龍虎君捧香使者三氣正神

當令朝真之所自然降金丹玉芝之英百靈

衆真交會在此香火案前且修道克合至

真闈門受福天下蒙恩仙童玉女侍衛香煙

傳奏所啓徑御

至真帝前燒香時勿反顧願則作真氣致表

應又勿累喧使至平明須且矣

太素真人隱朝禮額上仙法

受大洞上訣施行雌一讀太丹隱玄五晨金

華經者常月密朝太素三元君以正月十日

二月九日三月八日四月七日五月六日六

月五日七月四日八月三日九月二日十月

十一日十一月十二日十二月十三日夜於寢靜之室燒香吐向心存三君再拜訖坐卧

任意稽首心祝曰

謹啓太上大道高虛玉晨太素紫宮三元帝君中央黃老無英白元玉皇大帝五老高真太極皇精玄皇玉君其是大洞三景弟子謹以吉日之夜天關九關之間上聞太上太素

三元玉皇真君前乞得長生世上壽無德年時乘黃展綠蓋龍轡上詣紫庭役使萬神侍衛四明太素帝君畢常當行之勿令人知也此太極真人隱朝三元夜禮額之道也昔常安李仲子不知他道又亦不施行太丹之事

三元之法唯偶得此隱朝之道按行之三十年得乘雲駕轂昇入玄洲仙人王履水趙雙成范叔交管平阿李明延安生之輩皆得此道而昇崑崙之房或在神州或在三玄宮也

朝極

旨曰月用一日一年有四日不同常步日及上生日不同者及同者並依常法竟各依時玉朝若甲子日八節日與四時同者亦止一步而為二朝以玉星為始若欲各步各朝以午時朝極子時朝中元旨曰春正月一日二

月二十日三月二十七日旨曰步綱畢正身

入斗魁中東向視歲星象在肝中步畢仍於對上左迴身左足先下入魁中對天樞下陰精明星之間東向右足併立閉氣明目存歲星精象圓如珠者光照洞從天來下飛入我

口小開口受而吞之還在肝中內外合映良久乃通氣閉目餘星皆做此各依本邑及所生之歲旨曰拜拜好安處而足拜跪勿令犯諸星綱脫長極並當以膝網上不爾不得也旨曰心祝曰

太歲元神木公九元陽華玄氣盡來入身旨曰祝畢叩齒九通畢起左理登天樞而出若值六甲日仍左行步三台非六甲日左行詣五星綱口餘四朝做此旨曰夏四月八日五月六日六月十八日旨曰正身入斗魁中南

向視榮惑星象在心中拜拜跪心祝曰南上元神火陽四光仲離丹水來入丹房旨曰祝畢叩齒九通畢起出旨曰秋七月七日八月二十日九月九日旨曰正身入斗魁中西向視太白星象在肺中拜拜跪心祝曰西

上太玄金精七通玉元二帝氣迴胎腦旨曰祝畢叩齒九通畢起出旨曰冬十月五日十一月三日十二月六日旨曰正身入斗魁中北向視辰星象在腎中十月十一月在左腎十二月在右腎拜拜跪心祝曰

北玄紫辰金車水元龍胎化靈來入一身旨曰祝畢叩齒九通畢起出甲子日八節日正身入斗魁中弱星後入陰精弱星中間對向真人星今得拜跪旨曰向真人星存鎮星象在脾中拜拜跪心祝曰

太極九真流廣陰根飛一却蓋來入泥丸旨曰祝畢叩齒九通畢起出若值六甲日即步三台非六甲日乃便步五星行之十四年七星之精下化成神人並乘流零八景丹玄斑雲俱來詣子拜子仙官授子真符道成皆登

上清昇太微宮注云五嶽君四極真人太極真人各有獻送具在經文 朝玉晨君 正月四日 二月八日 三月十五日 四月八日 五月九日 六月六日 七月七



日 八月八日 九月九日 十月五日

十一月三日 十二月十二日

太上大道玉晨君常以此日中登玉霄琳房

四躬天下有志節速遊之心者子至其日平

且日出時吐向拜拜亦可於中靜處埋燒

香北望乃拜兩宮於靜室中自陳本懷所願

曰冀土小兆男某謹上啓

太上玉晨玄皇大道君某以思真願仙歸心

奉朝伏希賜鑒矜允誠請原赦某歷劫之殃

考一生之罪咎學道修身克蒙感遂長生度

世登侍霄房畢嘯液三十過伏席叩捧使心

形像極長久起跪喘咳也

朝青童君

東海青童君常以丁卯日登方諸東華臺四

望子以此日常可向日再拜日出行之至其

日時出於庭壇施香案如法乃拜若所居不

早見日者當規東方所昕然即可為之其方

諸山既在會稽東小近南若夏月日出東北

乃不可每正向日出要當向山所在為之位

兩宮則於靜室中存而朝之長跪曰

冀土小兆男某謹上啓

九微太真玉明青保王金闕上相大司命高

晨師東海玉明青華小童道君某以塵濁罪

穢願棄清虛乞當所望仰蒙濟拔所以幽明

芳謹並希赦蕩業預仙階侍謁靈景目伏希

叩得使心形像極又再拜可因此以服日精

九月已後五月已前日出同在其方非其月

則拜單轉身正對日行諸眼飛華水每春日

五帝等法亦可正爾吸日精實九微之

隱朝胎元法

學生之法不可泣淚及多唾泄此皆為損液

隔津使喉腦大竭是以真人道士常吐納嚙

沫以和六脈常以本命之日向其方面叩齒

三通心存再拜而微祝曰

太一鎮生三炁合真室胎上景母玄父元生

我五藏攝我精神下灌玉液上朝泥九夕鍊

七魄朝和三魂右命玉華左嘯金晨令我神

仙役靈使神常保利津飛行十天祝單又心

拜四方叩齒三通此名為太山上呪生隱朝

胎元之道常能行之令人魂魄保守長年神

仙

朝禮九天現魄帝君求仙上法

常以月三日九日十六日平旦向日九拜九

楫亦可心拜仰頭叩齒二十四通微祝曰

天現九耀上帝尊神太陽日精金門變仙小

兆玉敢奏微言今日上告八顧開陳請施

禮願仰希玄恩蒼龍朱鳳策雲紫軒五雲交

落六炁扇塵高上曲躬三元降真二景經絡

我道欣欣心朗耳聰目明色鮮體輕骨昇面

發華顏羽服生形飛造帝宸單仰天引日精

四十五炁止行此三年日明微視洞觀無窮

面有金容體生玉津九年能行身外無影飛

空玄虛也若天陰無日於窈室心存行之亦

感於自然也

又以月五日十五日二十五日此三日皆以

人定時向月九拜九楫亦可心拜仰頭向月

叩齒十六通祝曰

魂精魄靈九天同生石景水母太陰朗明排

徊月宮治鍊金庭二景合原上古時清八會

交帶我願克成願光願容願鮮願榮願神願

仙飛行上清畢仰引月精四十五嚙止

魂精帝君即九天司命部九天之魂精下統

後學算命也帝君鎮在日門金庭之內魄靈

帝君即九天丞相主九天之魂靈下統後學

之錄籍也鎮在月宮琳琅之都

凡倦上道旦夕坐起卧息常當存念日在頭

上月在口中魂精帝君在泥丸魄靈帝君在

明堂心存目想常使彷彿將其踰年真形見

也青白分也九年能乘空飛行上登晨燈之

館遊宴虹映之山也

朝太素三元君受行先進洞房之事

者依此朝若未修其道者則不得為

之

正月九日 二月八日 三月七日 四月

六日 五月五日 六月四日 七月三日

八月二日 九月一日 十月十日 十一

月十一日 十二月十二日

夜用子時左右於寢靜灶向六拜拜訖起跪

施者案其冠服亦拜訖更一拜便長跪曰

謹啓

太上大道高聖玉晨太素紫宮八靈三元君

中央黃老君無英白元太帝五老高真上仙

太極皇精三皇玉君大洞三景弟子兼謹以

吉日之夜天開九開之門上聞太上玉皇真

君乞得長生世上壽無德年時乘黃龍龍棘

上詣紫庭役使萬神侍衛四明單勿令人知

太素三元君女子也德凝虛元神高太上教

制天真領釋禹炁三元君乃一女子耳積感

瓊瑤虛生霄晨結煙散景道陵玉真夫三元

君之出遊也則日月傾曜烈燭拔根八風揚

波颺蕩幽源連暉九萬高霄憐晨絳霞鬱敷

黃雲九纏於是五老啓途太帝扶軒西皇東

節東華揚播九天為之顛倒太無為之起煙

幽炁隱謁八景連塵顧盼羅於無上俯仰周

于百圓大哉高皇是曰太素三元君夜在密

室常存三元君來在室中心拜心語如是不

替則所向如願萬事克和此為真人致神仙

之要法也

太素三元君服紫炁浮雲錦帔九色龍錦羽

梯建寶瓊扶晨羽冠腰流金火鈴虎符龍書

而座空中焉膝下常有綠丹青三素之雲炁

鬱然冠其形也太素三元君常誅曰

太無連王清三曜洞高明八素迴晨風散雲

鶴飛靈圓輪擲崆峒金映冠天精玉華結五

老紫煙運霄駢乘炁蕩玄房委順扶所經金

姿曜九霞玉質蹀蹀庭幽童迴孩眇老艾還

返嬰帝一固泥九九真保黃寧視眇萬劫外

齊此九天傾若存念之時當諷此詠之作云

是玉清上官之唱以和於形魂之炁也若存

三元君者首作類雲三角髻餘髮散垂至腰

中髻上乃冠扶晨冠耳子存感致若亦將見

之於紫房及左右也此者之間當有太素王

女三寶真人來降於子矣欲行此道當別

寢獨處不雜他人每事亦爾非唯此一事而

已

雲笈七籤卷之四十一

雲笈七籤卷之四十二

攝二

存思

存大洞真經三十九真法出三十九

太微小童

讀高上虛皇君道經當思太微小童子景精

真氣赤色煥煥從兆泥丸中入下布兆身古

本之下血液之府畢微祝曰

真氣下流充幽關鎮神固精塞死源玉經慧

朗通萬神為我致真命長存拔度七祖返胎

仙畢引赤氣三嚙止便讀玉經畢又祝曰

天有大隱生之靈寶稱曰明梁上之氣守我

絕塞之下戶更受生牢門之外乃又召益元

之羽童列于綠室之軒使解七祖百結隨風

離根配天遷基達變入玄玉清隱文又祝曰

元氣非本生五塗承靈出雌雄寄神化森羅

邃幽鬱玉音響太和萬唱中發仙庭迴九

變百混同得一易有合虛中俱入帝堂室畢

此高上祝秘文泄之七祖充責  
太一尊神

讀上皇玉虛君道經當思太一尊神務猶收

真氣紫色爛爛從兆泥丸中入下布兆玉枕

之下泥丸之後戶畢微祝曰

太一保命固神定生為我上招帝真之氣下

布紫戶之庭玉經仰徹九元朗明七祖同歡

俱昇上清畢引紫氣三嚙止便讀玉經畢又

祝曰

兆身常死關結胎害百神百神解胎結披散

胞內根七世入帝室一體合神仙神會玉

堂七祖生南宮併帶理明初同席致道康萬

真守身形是日藏初明帝一廻雌雄保鎮百

神門閉塞萬邪戶受事九宮間典禁召司命

三日期既九  
帝君

讀皇上玉帝君道經當思帝君延陵堯真氣

紫光鬱鬱從兆泥丸中入下布兩眉中間紫

戶之外宮畢微祝曰

帝君度符藉正氣召萬神上招玉真充氣布

兩眉間混一生帝景三素成我仙聽祭乘龍

蓋運昇高上軒畢引紫氣三咽止便讀玉經

畢又祝曰

扶晨始暉生紫雲映玄阿煥洞圓光蔚晃朗

濯耀羅眇眇靈景元森灑空清華九天館玉

賓金房唱寶歌歌賢哉對帝賓役召伯幽車七

祖解胞根世世為仙家玉清隱文又祝曰

丹皇運珠守鎮死門上一赤子玄帝凝天一

名伯元上亦為三元先扶我養我使我登雲

輪常坐上清軒七玄為仙君  
元英公子

讀上皇先生紫晨君道經當思左元英公子

玄元叔真氣玉光奕奕從兆泥丸中入下布

兆左腋之下肝之後戶畢微祝曰

元英神真生紫皇三氣混合成宮商招引真

氣鎮勝既運流三丹會洞房為我致仙變丹

容飛昇雲館入金壙畢引玉光三咽止便讀

玉經畢又祝曰

神安氣洞上與天通越出地戶過度天門隱

息四維七星散分飛行陰房日月植根守金

藏玉制御萬神仙玉何人我已成真隱存雌

雄玄洞四鄉結中青氣號為延昌字日和嬰

理今年長玄歸固內慶玄宰張我日成真飛  
仙雲京

白元洞陽君

讀太微天帝君道經當思右白元洞陽君真  
氣金光耀耀從兆泥丸中入下布兆右腋之  
下肺之後戶畢微祝曰

洞陽靈靈標魂生金光煥煥氣中精招真固  
神令長生拔出幽根返胎嬰駭晨御氣昇玉  
清畢引金光三咽止便讀玉經畢又微祝曰  
洞陽靈靈標守體死門開戶出三尸蟲受入

九真源解胞散滯血百節生正神七祖滅尸  
禍枝殖後葉思黑氣滅來生斫斷胞死根世  
世受道德後獲帝仙卿帝仙是何人明明七  
葉孫乃祖入丹都併坐籍上門  
司命丈人

讀三元紫精君道經當思中央司命丈人君  
真氣紫雲之色爛爛從兆泥丸中入下布兆  
絳宮心房之中畢微祝曰  
司命定年丈人保仙度名於南宮上奏帝君  
前世世為仙王拔出七葉根福報死窮已皆

若玉經言畢引紫雲氣三咽止便讀玉經畢  
又祝曰

會元三襟交携頌頌胎嬰承光守下關務玄  
特月明於是混離固齋明車受成福延七世  
禍散玄生守景六合陵梵七靈共生億千歎

昇玉庭嬰兒徘徊羽衣命仙吉濟萬萬福布  
千十骨有玉映血承瓊泉生樂天地日月同  
年玉清隱文又祝曰

福布七玄前罪滅三陰中靈吹九晨抄納氣  
大帝宮五仙揚太一併位重冥空遂隱上清  
室羽明帝一房  
桃孩君

讀真陽元老玄一君道經當思命門桃孩君  
道康真氣黃雲之色從兆泥丸中入下布兆  
臍中命門之外畢祝曰

真靈正神號曰桃君混合生宮守護命門通  
仙致氣齊景寶雲七祖同生受福高長畢引  
黃雲之氣三咽止便讀玉經畢又微祝曰  
五嶽真人定錄四賓司錄促到護籍理民起  
非握節雲拘執播香風八披惡魔絕煙並來

對帝萬萬稱是度我生籍名遷玉門扶翼五  
老慎謹披塵玉清隱文又祝曰

太上時非子一曰合精延是為命門王可以  
召萬神萬神即時到會瓊羽門使令散禍  
禍絕福連上寢玉堂世受名仙

上一赤子

讀上元太素三元君道經當思泥丸天帝上  
一赤子真氣如寶光從兆泥丸中入下布泥  
丸九孔之戶畢微祝曰  
上元赤子號上真飛雲羽衣耀紫煙上招明

景對帝寶寶光奕奕映我身身生毛羽昇九  
天畢引寶光三咽止便讀玉經畢又祝曰  
童子景精有神有威合象三形九道相推衣  
服茶丹步正參差出入上元太極內階知我  
者長生存我者不衰人無哭兆恃賴辟非欲

知吾處處問太微太微玉帝三聖徘徊俛我  
左右一合俱飛混洞六府日月齊暉玉清隱  
文又祝曰  
九道轉對五老各掌洞陽銜籍號曰靈靈七  
世父母反胎更生累業積罪罪滅福生上入

帝堂受書丹明常與伯史原徘徊三界庭中  
金佩羽寶曜圓形玉輪吐回役御朱兵

中一丹皇君

讀上清紫真精三素君道經當思絳宮中一  
元丹皇君真氣日光之色從兆泥丸中入下

布頂中大椎骨首之尸畢微祝曰

中一真君號曰運珠上招日光灌我形軀三  
真寶曜固命玉符壽億萬年永元終休身生

羽服飛昇天衝畢引日光三咽止便讀玉經  
畢又祝曰

天有九魂不可不道有三真不可去身帝  
一變景萬化以臻流珠停曜紫霞踰煙七度

迴路三光映真太一精符相與為親司命衛  
月虛我重層五老銜日吸我三便太上道君  
與我纏綿上造天階撈把太真

黃庭元王

讀青靈陽安元君道經當思命門下一黃庭  
元王真氣月光之色從我泥丸中入下布兩  
繞開車軸下尸畢微祝曰

下一真元王號曰始明精三皇把符命金契

度仙庭上招景中氣氣布冠我形羽車曜雲  
羅令我飛上清畢引月光三咽止便讀玉經

畢又祝曰

五藏百結生此萬疾玄一林虛開闢解結  
絕病散精神盈福氣充明禍豁傾竭仙心

日臻死道月絕混化九君合符帝一七神奉  
符公子入室

九真帝昌君

讀皇清洞真道君道經當思泥丸九真帝昌  
君上皇真氣青光萬文從兆泥丸中入下布  
君上皇真氣青光萬文從兆泥丸中入下布

口之四階畢微祝曰

九真始生生於上元號為先靈三景各分上  
招玄暉布流四門鎮神保仙拔度七玄駭景  
乘浮朝拜三元畢引青氣三咽止便讀玉經  
畢又祝曰

七氣離羅太混黃寧六甲輔魂內注六丁三

真入胃液流大明五符上皇泥丸常生九星  
下映日同母駢遊眇八極遍蓋雙嬰上到紫  
房被中羽青七祖父母各得返生

八真含景君

讀高上太素君道經當思騰中八真含景君  
真氣黃雲之色從兆泥丸中入下布兆背中  
骨節之府畢微祝曰

八真結神生九天號曰北臺君常在三合

間招真洞明氣下流布我身身生紫暉與帝  
結親符契五老太仙纏綿畢引黃氣三咽止

便讀玉經畢又祝曰

生得帝心各會重尸內紫房混五神魂魄  
恒寶貴七關受仙輝五藏充玉氣俱過水火

天披達四和蔚上歸皇一子與兆魂相對  
七真玄陽君

七真玄陽君

讀皇上四老道中君道經當思左腎七真玄  
陽君右腎七真玄陰君真氣黑雲之色從兆  
泥丸中入下布兆背窮骨地尸中畢微祝曰

七真生帝景八氣運常寧上招日中童圓珠  
映我形迴風混幽府歸妙大洞經拔出地戶  
難超凌逸九天畢引黑氣三咽止便讀玉經

畢又祝曰  
太一鬱書上登洞房六合三寶司命神公手  
執錄籍駕景乘龍左迴靈曜右扇神風峨峨

執錄籍駕景乘龍左迴靈曜右扇神風峨峨

隱珠分豔舉濠洛觀太无濯練五通澄魂明  
幽練魄空洞招兆百神月帝之功七祖順生  
景福昌隆陞我老艾還復玄童上對神霄金  
九十方飛馳玉輪彈金鳴鐘

六真元素君

讀玉晨太上大道君道經當思肺中六真上  
元素玉君真氣白雲之色從兆泥丸中入下  
布兆頭外十二關梁之中畢微祝曰

六真奕奕白光央央迴帝之景上入丹鄉招  
真下流灌我玉霜羽格紛紛衣我仙裳越過  
水火飛登神京畢引白氣三咽止便讀玉經  
畢又祝曰

九合三離紫房散分五老正嚴帝一保神司  
命奏籍奉行三元胞樹斷落血尸絕根返胎  
朱火迴氣泥丸我合九清大混百神身登玉  
房同耕金仙道遠太素徘徊三天重華列簡  
累支流玄世爲道伯大福纏綿上寢王清下  
息命門五藏秀華頂負日魂長保劫齡後天  
常全  
五真養光君

讀太清大道君道經當思脾中五真養光君  
真氣如玉充金真之色從兆泥丸中入下布  
兆喉內極根之尸畢微祝曰

五真散靈布氣九玄金光曜暉玉氣吐津萬  
神並暢熙怡我身圓光奏命籍太一勸九天  
降致八景與策龍駕紫煙混合三帝室保我  
億劫年畢引玉光金真之氣三咽便讀玉經  
畢又祝曰

晨登九景臺夕入神霄門太一神夫子或曰  
三來覓左執兆符籍右携洞陽君定生會紫  
房五神更混分混分逸帝堂七祖絕死根五  
毒氣零滅緊津元浮連令我尸血化帝房出  
金元三塗絕苦樹世世獲天仙常與景中玉  
積劫保元元  
四真清明君

讀太極大道元景君道經當思肝中四真清  
明君真氣青雲之色從兆泥丸之中入下布  
兆胃脘之尸膏膜之下微祝曰  
四真常生青光華精裹徊秀朗垣沈珍玉景  
庭携提高上元俯仰要五靈披解七葉根與

我保華舉畢引青炁三咽止便讀玉經畢又  
祝曰

帝室混身一道萬分是曰帝一白帝皓靈金  
霞迴日重冥幽靈靈藏神化密把兆五符與天  
相畢玉暉覆蓋元死无疾七祖父母超登丹  
室胞根八解死符絕滅帝得五元我迴三七  
六府煥奕金書羽扎世爲仙真實錄玄別華  
繁曾玄世元曲折  
三真元生君

讀皇初紫虛元君道經當思精血中三真元  
生君真氣赤雲之色從兆泥丸中入下布兆  
鼻兩孔下源之中畢微祝曰  
三真煥光流丹徘徊玄合九景三洞金扉上  
招朱重五苦廊開死根斷落日魂同飛超逸  
十界上昇玉階畢引赤氣三咽止便讀玉經  
畢又祝曰

七氣混合帝一迴元結滯日散兆命長遷死  
道閉滅斷絕胞根五藏生華六府金解帝一  
保形司命保神五符塔扉五籍登仙世爲道  
王帝師纏綿散香龍愈返華揚煙七携元上

八暉九陳流源回液領會六淵名書上清氣  
積寂軒迴風脫死帝一相連五通七合俱生  
上元

二真堅玉君

讀元英中真上老君道經當思骨節二真堅

玉君真氣碧雲之色從兆泥丸中入下布兆

太倉五腸之口畢微祝曰

二真固神鬱勃三關迴金合玉堅備泥丸上

通帝氣布流金門混化啓明合我仙魂七祖

同飛滅絕胞根世保道德永真欣欣畢引碧

雲之氣三咽止便讀玉經畢又祝曰

魂生无中布在九重道出三極常遊絳宮三

宮合化是為紫房紫房所在先由明堂明堂

之內守神桃康風雲鬱鬱既清且涼塞閉欲

孔割破應根其聖曰焉其真曰窅兆能知之

乃開金門門左左右忽見高賢左曰父寧右

曰精延此是景中伯與爾登玉晨父寧母精

世世為仙萬條重華皆受帝恩

一真天精君  
讀中央黃老君道經當思心中一真天精君

真氣絳雲之色從兆泥丸中入下布兆會中

四極之口畢微祝曰

一真鎮心總領百神百神常生會我絳軒上

招玉氣六液沈珍赤景啓靈披我七根超逸

三塗上昇南仙畢引絳氣三咽止便讀玉經

畢又祝曰

帝一迴風化合桃康流生起福上溢玉堂混

而合之出入帝房三五合一必成仙君七玄

父母滅尸散怨萬劫千年皆登上仙曲節伏

扈廣敷鬱申守我形者司命丈人帝君公子

深固泥丸太微玉華羽服揚幡魂魄長相抱

百骨皆滿神神王生津上超越度死門遂友

高仙子把持玉清賓

九元之真  
讀青精上真內景君道經當思九元之真拘

制真氣五色雲氣從兆泥丸中入下布兆左

耳之下伏晨之尸畢微祝曰

九天之精天關閉窓八景合氣上通金房三

元帝室返老生翁玉華灑灑練改艾容飛霄

紫輿運我昇空畢引五色雲氣三咽止便讀

玉經畢又祝曰

太微小童曾在帝前其名景精其姓曰千合

形太一披服朱丹五符命籍把持玉案帝君

所臨主通諸神混合太一司命丈人固保靈

戶五藏會分帝仙守宅凶種滅根三氣鬱數

八迴五煙我得昇霄駕龍軒

皇之一魂

讀太陽九氣玉賢元君道經當思皇一之魂

上歸真氣玄雲之色從兆泥丸中入下布兆

右耳之下伏晨之尸微祝曰

皇一上真洞生丹房朱映蘭曜發溢明光太

元之音朗徹九空玄金獨落振響琅琅上招

玉景惱我神堂策虛昇飛遊宴玉京畢引玄

雲之氣三咽止便讀玉經畢又祝曰

九宮一合化形帝晨上昇紫房命真召仙會

濟魂魄領括百神七玄康樂拔苦破根死煙

滅氣福楹充軒兆登太霄駕景控雲月中五

帝挾日精輪鬱將逸阜懸景同遷

紫素左元君  
讀太初九素金華景元君道經當思紫素左

元君翳鬱无刃真氣景雲之色從兆泥丸中  
入下布兆頭面之境畢微祝曰

翳鬱生真真景生空靈光呈呈紫氣融融上  
致流津下布我宮身生水火體變玉光飛仙

羽蓋昇入神公受書玉經成我仙宗畢引景  
雲之氣三咽便讀玉經畢又祝曰

慶元吉津流汨西田太帝携手命召高仙披  
散濁穢斷絕死根上一天帝號玄秘天曜明  
六合淨寂泥丸是為百无上使兆保長安列  
圖玉皇併襟帝晨五府生華六液龍源淵清

太素鬱霞金津萬仙來朝五嶽啟陳玄愆沈  
散天穢奏煙彤梁守命戶長來護死門上生  
玉芳受位金仙天之玉堂堂樓帝賢九天之  
中冥賜劫年

黃素中元君  
讀九皇上真司命君道經當思黃素中元君  
圓華黃刃真氣晨景之暉上華從兆泥丸中  
入下布兆胃腹之境畢微祝曰

九天上景化生華暉晃暉太空曜真紫微上  
致中黃百神降迴散根離苦八難豁開七祖

同昇福慶魏魏係我神仙八景齋飛畢引景  
暉之氣三咽止便讀玉經畢又祝曰

太帝精魂陽堂八靈被散死氣混合衆生帝  
一承圖三元會明九真安安七神寧寧超越

滯御過度鬼兵上昇帝晨賜樂玉庭玄母定  
錄五府開清胞根沒種血汗珍平七祖父母

起福三清无英明夫掌我仙經廣神安氣綠  
迴絕冥閉藏死關太混一生長寢明臺上固  
神五老室受錄上清關係德七元日上上登  
玉霄下下合帝一

白素右元君  
讀天皇上真玉華三元君道經當思白素右  
元君啓明蕭刃真氣月中之華從兆泥丸中  
入下布兆下關小腹至脚微祝曰

白素啓明九天同生高虛素鬱浮景玉清迴  
真典仙流灑八溟通幽達微胡耀華精使我  
內徹五孔開明神公來遊我道克成畢引月  
華之氣三咽止便讀玉經畢又祝曰

魂生九氣氣變成神五老經會太一化仙二  
十四真迴形帝先九曲下戶鎮生白雲黃庭

六府含養命根胎結胞樹種栽死山一得拘  
制永斷滅源符籍清明金映玉軒長為德伯  
世得道恩昇登日月遠友帝仙

日中司命  
讀太一上元禁君道經當思日中司命接生

真氣三華之氣從兆泥丸中入下布兆左手  
之戶畢微祝曰

四大乘天天元來歸三華吐曜司命景飛為  
我招仙七祖散閣上登太虛日月同暉畢引  
三華之氣三咽止便讀玉經又祝曰

太一務猶收傳司北帝司玄一老子握節往  
來元素把符白元守雌煥然神光明披霞昇  
帝墉列坐震靈席混合五日房白氣育上生

青君案延昌左携精上門右抱合和嬰我生  
日月華友實赤氣玉八景照泥丸朗然洞房  
中嬰兒為赤子混離生玉容玉道秀金華位

為上清公七祖斷玄滯身得乘神風徘徊三  
清上和樂返慶重  
月中桃君  
讀元虛黃房真景君道經當思月中桃君方



盈直氣月暉之色從兆泥九中入下布兆右  
手之戶微祝曰

元查黃房內月中號方盈左宴朱顏臺右携  
仙皇庭宴景三秀房給我神始生同飛入玄  
玄七祖返華舉畢引月暉之氣三咽止便讀

玉經畢又祝曰

九元鎮真五帝纏綿日月月中王與兆為親大  
混三五離落魄魂百節金映玉液迴神五府  
生華白氣運煙充溢三清紫房實津上開仙  
戶下塞死門令我羽簡玉帝之前七祖父母

返生南軒虎符攝魔龍推命神太一金書据  
來三官除滅死籍列名王真保生太上日月  
同年

左目童子

讀太極主四真人元符道經當思左目童子  
飛雲真氣日之華光從兆泥九中入下布兆  
左目之中畢微祝曰

四極太靈元君精映日華充溢重明光先二  
景相照通我明梁三丹啓真我道開張毛羽  
羅襪飛上玉京畢引華光三咽止便讀玉經

畢又祝曰

我兼混合氣纏固九真丘養光太昌子駢羅  
鏡羽珠九尊衆帝生洞景迴須臾七祖結解  
散穢積忽已除世世生福昌玄祖獲仙書身  
昇太霞宮控龍宴玉虛上朝上清皇見侍幸

正扶

右目童子

讀四斗中真人七晨散華君道經當思右目  
童子晨舉真氣月之華光從兆泥九中入下  
布兆右目之中畢微祝曰

七晨飛華華散三元混合成真上招月魄為  
我降靈啟我仙門七祖同飛上朝帝君畢引  
月之華光三咽止便讀玉經畢又祝曰  
三素牢張上老君神生道固我魄逸遊保兆  
六合腦憂苦設曲門死氣閉地下身為帝一

君併襟樂六府鏡心丹玄房熙氣泥九野體  
曜金暉羽錄召真白氣重鬱百神死鮮長與  
日月符籍纏綿世保道德永為天仙寂寂內  
注遂昇帝爰  
肺部童子

讀辰中黃景元君道經當思肺部童子素明  
真氣五關暉光從兆泥九中入下布兆肺部  
華蓋之門上通兩目之童畢微祝曰

童子素明黃雲九纏滄臺飛輪三神協真號  
曰玄上景列位高皇須總攝命百神携我入  
紫煙畢引暉光三咽止便讀玉經畢又祝曰

二老在左右帝魂不可分三九變其上下太  
一立其中根五神奉我生籍司命塞我死門  
九宮合而為一六合總而內真世獲仙書福  
慶纏綿五老對席日月為親太一來迎上昇

帝晨七祖滯血皆為拔根返胎南宮受生帝  
軒兆宴玉堂同襟帝輪世世列圖羽服揚幡  
子孫保昌慶及後玄長為仙伯役使萬神  
胎中白氣君

讀金闕後聖太平李真天帝上景君道經當  
思胎中一元白氣君務女子太一精魂玄歸  
子二神真氣三華之色從兆泥九中入下布  
兆五藏結喉之本訖微祝曰  
金闕煥玉清白氣映丹霞明光鬱金鈴五色  
吐三華流津安寢壹結我始生牙玉符召百

神全威微萬魔保此億劫年仙道明凶邪畢引三華之氣三咽止便讀玉經畢又祝曰

天生八氣迴合帝鄉五神奉符司令扶將技斷死籍盡穢幽冥七世解結福延玉庭血積沈沒三素煥清兆昇天堂與帝合靈世得仙

契所願必成種年月中植命月庭返胎童家回為孩嬰生與天同壽與日并結中育氣君

讀大虛後聖元景彭室真君道經當思結中育氣君案延昌元君精魂係谷童二神真氣氣如玉華從兆泥丸中入下布兆五藏大胃

上口微祝曰離合九靈二真幽密太虛重天上携太一雌雄混合同仙妙室上變九仙下解胎結七祖慶欣五苦解脫使我飛騰靈化本質畢引玉

華三咽止便讀玉經畢又祝曰種福九天外披戶地門下七玄解滯積斷樹除憂苦返胎朱火官更生九玄戶真氣日日

臻禍害日日除此昇三清室乘慶上景庭命與月母俱年隨日帝生累玄保仙籍迴老更

重嬰福昇六合內受圖永常生

讀太玄都九氣文主人主仙君道經當思節中黑氣君試來生帝真精魂幽臺生二神真氣玉光之色從兆泥丸中入下布兆九腸之口

伏源之下畢微祝曰太玄何寥寥黑氣生上靈帝真洞明景九氣合神廬變化十方領修欵聲明初萬真鍊我

仙百關自清居七玄斷胞樹九曾昇福堂上招景中子與我登飛與畢引玉光三咽止便讀玉經畢又祝曰

帝魂照元阿常鎮兆生門伏尸滅落保魂草神玄母理光奉帝玉仙右命太一乃及兆身此宴上清列為玉賓顏生日華年合月煙長

躋金房宸景為隣除憂伏胃門披苦三塗中福積丹玄內慶无泥丸房百神混帝一大變

流迴風返兆朽艾形改貌為嬰童世世入仙堂玄玄登羽宮大劫雖屢傾與日方增崇胎胞中黃氣君讀上清八景老君道經當思胞中黃氣君粗

明車天帝精魂理維藏二神真氣黃雲之色從兆泥丸中入下布兆小腸二孔之本畢微祝曰

上清曜玄臺八景乘天紀黃氣協神真精魂對帝子太一度命籍五符固不死携仙帶展

輝迴風返形始故苦出七祖同歡九玄裏畢引黃雲三咽止便讀玉經畢又祝曰

白雲合神景乘素會太微上朝帝一室解帶皇一階啓明金門中三陽召上歸昇我身內神覆蓋大明威大寶九華光映兆形招雲混

真散香要靈舍景月中返胎受生年停曜景命遂元傾身為仙王保此上清世受真書玄華玉庭血中赤氣君

讀東華方諸官高宸師王保王青童君道經當思血中赤氣君混離子司命精魂發紐子

二神真氣如赤雲之色從兆泥丸中入下布兆百關絕節之下畢微祝曰晨暉煥東霞丹景映高清二真協神宗落落七華生五老飛帝席太一保童嬰錦雲曜幽

夜朗朗開重宴七祖勒符籙南極受胎靈高  
景賜雲與運我昇飛斬技解億世基歡我萬  
劫程畢引赤靈氣三咽止便讀玉經畢又祝  
曰

五道溟迴七門始分南和建節白帝彰形靈

標理魄會昌護神奉符登霄寢息玉軒定錄

瓊扎世為天仙三塗塞絕除伐胞根死氣沈

象禍輪无連福臻重枝慶會華玄名書玉堂

内世為道德門

上玄元父玄母

謹拱舜大帝九老仙皇君道經當思上玄元

父高同生下玄玄母叔大王帝皇太一重冥

空九帝尊神日明真大帝精魂陽堂玉天帝

九闕魂錄迴道天紀帝魂照元阿七神真氣

混合蓮花之形從此泥丸中入下布兆本命

之根胞胎大結之中畢微祝曰

元父玄母七真齊氣神公大帝九老并位為

我固生拔度十界日月同符九帝合契坐命

天魔萬靈來拜浮景三舉上震杖保億世畢  
引蓮花之氣三咽止便讀玉經畢又祝曰

太玄聚暉映冠杖辰大帝變景須臾混分入  
兆五府堅我玉根雙翮太一合羽揚輪與兆  
上昇迴轉金門年日德昌體實金仙世世昌  
威真符流連玄玄累葉名書靈軒羽籍紫庭  
飛香奏煙福速百枝慶溢帝門

三素老君

讀小有玉真萬華先生主圖玉君道經當思

三素老君牢張上正一左仙仲成子正一右

仙曲文子三神真氣混合黃白玄三色之雲

從兆泥丸中入下布兆鼻下人中微祝曰

玉真生帝景萬華乘雲發三老輔二仙共鎮

死尸窟神映七華生朽骨蒙曼說起逸三界

庭五苦咸解脫得入九天表上朗高朱日畢

引三色之炁三咽止便讀玉經畢又祝曰

命門合精六混七分太一把籍司令理神帝

一圓形无英守魂太理紫房奉符帝君胞樹

伐滅斷絕血根七玄更起沈景生煙兆得上

昇化合帝履身映日月命與天連重華累暉  
威會上尊世書靈羽紫錄内宜乘景三素壯  
宴高元號曰仙王上清真人

中央玄一老子

讀玄洲二十九真伯上帝司禁君道經當思

中央玄一老子林靈天真氣黃雲之色布兆

陰莖之端址方黑帝保成身真氣玄雲之色

布兆膀胱之中西方白帝彰安幸真氣素雲

之色布兆陰囊之中南方赤帝長來覺真氣

絳雲之色布兆口舌之中東方青帝雕梁際

真氣青雲之色布兆五藏内五帝真氣從兆

泥丸中之下布兆一身畢微祝曰

五帝明真輔仙玄伯上帝景暉吐靈敷席翳

翳神曜徘徊重雲羽景係錄太一命籍五氣

總魂三精固魄金仙練容傳年返白拔出幽

根日月同宅畢引五色氣五咽止便讀玉經  
畢又祝曰

上寶月九真日叢變王室呼吸紫微大混帝

一八煙叢生百靈明威九魂離合三光同暉

天皇在元紫煙霏霏五神奉圖始命不虧變

入九宮披服朱衣腰佩虎章流雲繡幃帷帳

欄玕五色徘徊日月照察僕以東西神庭内  
醴以除渴飢三五復反轉藏管機周流太一

生均兩儀玉清隱文又祝曰

太一變六合五神嘯泥九七積滅三塗血尸

塞下關三神對五真技斫胞樹根文人號神

宗同心元素君天皇入太清五老奉符文世

世登羽宮重華日中軒元王治明精固我本

命門保弼運錄氣歸上谷下玄冥景映形神

朝躋太上輪日月併玉鈴年隨二景分丹書

玉堂內位為天上君左携羽臺子右提金顏

仙

帝卿

讀太无晨中君刊峨眉山中洞宮玉戶太素

君道經當思帝卿摩勒精絳宮中一輔卿中

光堅黃庭下弼卿綠上明三真之氣混合青

白黃三色之雲從兆泥九中入下布兆身三

宮本命帝室畢微祝曰

三真生太无玉戶映晨霞太素洞元虛丹靈

森朱阿迴神九重府內唱發瓊華闈納百津

液停年三秀柯我身騰玉清七祖離幽都長

保不終劫萬一承仙家畢引三色雲氣三咽

止便讀玉經畢又祝曰

帝一混九玄太素五華精寶羽宴玉堂八風

扇太明高上乘元景凌梵履昌靈七化紫房

下九混五帝清體生六色曜金映流神形感

濯元氣內金書玉皇庭玉清隱文又祝曰

靈雲始分白氣鬱素混會九玄三五流布帝

一解形起登霄路太一呼吸五華堅固司令

主日中白元司日暮日中靜心中中妙悟夕

隱泥九百神宣布二宮可以長生心腦可以

長度

帝一真君

讀西元崑山九靈具仙母青金丹皇道君道

經當思大洞帝一尊君父寧在真氣五色紫

雲之煙從兆泥九中入下布一形之內散氣

九孔之中畢微祝曰

九靈通妙化金仙混扶桑帝一變百神合靈

西丹皇上為胎仙毋下號稱神宗曜景絕雲

妙蕭蕭紫微宮為我執命籍保真三素房妙

景空中降練我返嬰蒙七根絕苦哀逸起九

福堂畢引紫雲三咽止便讀玉經畢又祝曰

太上洞明飛景九元結精凝神司命混合散

形億分千乘火甲萬騎揚幡俱與太一上造

帝庭仙伯元起徘徊仰成曲文一合我氣再

合我神三合我魄四合我魂五合我精六合

我身我身六合洞靈啓真八景靈駕三素浮

輪我與帝一俱昇玉晨重華累枝混合天仙

身有道籍世有生根金簡羽符名刊日軒所

願即從天祿詵詵所向如心萬福盈門常存

太上帝一泥九雌雄混化百靈纏綿讀經萬

遍雲駕來迎携宴五帝日月九君號為仙公

上清真人

大洞消魔神禁內祝隱文存諸真法

九天上文出自高上口訣解滯散原大洞真

經三十九章理極於此上則引致高靈之霞

映下則滅於萬魔之凶誦之一遍開明幽闕

三十九戶納受玉津死氣沉塞百神肉歡百

神既暢則聲達九玄氣朝紫霄響叩玉晨五

帝東帶萬靈朝軒生來歸七祖昇遷身致

羽童駕景乘雲飛行玉清位齊紫宸此高玄

之妙道玉清之秘篇皆授金名玉字高仙真

人七百年中有合此質聽得一傳

後聖曰得受大洞真經三十九章修行之日當先行大洞之儀格誦玉清隱祝之文又存百神內名外則過於萬試內則塞於死關如此一遍便得一日一夜單誦三十九章不煩徧徧依舊行其儀軌也若是日又登齋誦經者當便按舊過行之

三五

雲笈七籤卷之四十二

雲笈七籤卷之四十三

攝三

存思

存思三洞法

靈寶部常靈寶太上洞玄靈寶太上洞玄靈寶太上洞玄靈寶

常以旦思洞天日中思洞地夜半思洞淵亦可日中頓思三真存思之法

次入室東向叩齒三十二通先瞑目思素靈宮清微府中青氣赤氣相眷鬱來下入兆身中泥九上宮便咽九氣次思蘭臺府中赤黃二氣相眷如先來下入兆身絳宮之中便咽九氣次思皇堂府中白黑二氣相眷如先來下入兆身臍下丹田宮中便咽九氣咽三洞氣畢便仰祝曰

天地混沌淵源三精元始結化五氣混生變化玄元灌注身形服御流霞昇入紫庭北帝落死東華記名洞達幽微與帝合并畢又叩齒九通思元洞元明元曜延靈耀元君玄混以陽霞朱明之符授與我身次思洞天生官衣服諱字如上法並從素靈宮清微府中下以次入兆泥九宮中畢仰祝曰

洞天上元監御九玄總統三炁混生丹田披洞幽闌出入無間現魄實耀經絡華輝飛雲降室遊宴紫天齊保天地長享億年思洞天畢

轉向南思洞地洞真大焚或星大洞元生太靈機皇君景化以通明四洞九元之符以授我身次思洞地生官衣服諱字如上法並從素靈宮蘭臺府下入兆身絳宮中便仰祝曰洞地中元總領飛仙華冠寶耀腰青連巾授我靈符通真致神洞思幽微受帝祕言解胞散結九孔朗然七祖成脫上昇南軒雲輿下降白日昇晨思洞地畢

轉向北思洞淵洞玄太白子留金城耀耀元精元運太仙君諱浩田以啓通明天寶符以授兆身次思洞淵生官衣服諱字如上法並從素靈宮皇堂府下入兆身臍下丹田宮中便仰祝曰

洞淵幽闌上參三元玄氣鬱勃飛霞紫雲流黃五色華晨寶符服御啓明與天長存乘坐空駕靈遊宴玉晨携筵景皇結友真仙思洞淵

畢還東向叩齒九通咽氣九過三洞畢矣子能行之真神見形玉女可使玉童見靈三元下降以丹與綠駢來迎此身上昇太清惟在寶秘慎勿輕傳

老君存思圖十八篇并叙

師曰修身濟物要在存思存思不精漫瀾無感感應由精精必有見見妙如圖識解超進神氣堅明業行無倦兼濟可期期於有證證之顯驗逆知吉凶以善消惡一切所觀觀其妙色色相為先都境山林城宮臺殿尊卑君臣神仙次第得道聖眾自然玉姿英偉奇持與我為儔圓光如日有奕如煙周繞我體如同金剛文不盡意猶待訣言言妙罕傳文精希現現傳果驗劫載一人一人明難非為無果勿諱不易而息遵求求之能駕隨漸昇登雖未具足微涉便到勝途出俗居道居道化俗涅而不緇故號居士一曰道士即事也習事超倫謂之大覺覺者取徹昧圖證驗得鳥之羅在其一目如左 本文內所說形圖書像元關

存道寶第一

師曰寶者自然元一無祖無先常存無滅清度無窮應感為三終始一也不由人人有德兆心兆德行大品有三上中下才悟或遲連連之與遲必宗三寶一曰道寶二曰經寶

三曰師寶師寶者得道人為我師也經寶者自然妙文師所傳也道寶者無形之形即太上是宵冥中精應感終時成數分形散體不可思議識而思之得不可得得不可得竟何所得得道真也真也者得之不死不生生死應化不損不勞保此貴重故號道寶存思之時皆應臨日常見太上在高座上老子在左元君在右又見經在西方師在東向次見十天光儀侍衛文武伎樂各從方來朝禮太上先存見齋堂為太玄都玉京山七寶城宮臺寶蓋師子之座座上蓮花以為茵藉牀前師子蹲踞相向香官伎樂參然羅列

存經寶第二

見道寶竟仍存玄臺之裏在於太上之西有七寶莊殿光明帳座座有玉案案有寶經絳

綺之中火鈴之室究籍繡函鎮覆經上玉童玉女侍衛香燈三十六部道德為宗太玄侍官其形如左

存師寶第三

見經寶竟仍存玄臺之裏在於太上之東有七寶莊殿光明帳座座上有玄中大法師即是高上老君妙相不可具圖應感變化無定無定之定定在心得心得有由由階漸悟悟發之初先親玉貌素髮玄冠黃裳皂帔憑几振拂為物祛塵凝神釋滯以正治邪仙真侍側左右肅然人天相交其形如左

存十方天尊第四

見三尊竟仍存十方天尊相隨以次同詣玄臺朝禮太上嚴整威儀為一切軌則

北方無極太上帝德天尊服色黑羽儀多玄

東方無極太上帝德天尊服色青羽儀多碧

南方無極太上帝德天尊服色赤羽儀多丹

西方無極太上帝德天尊服色白羽儀多素

東北方無極太上帝德天尊服色青黑又多黃

東南方無極太上帝德天尊服色青赤又多黃

西南方無極太上道德天尊服色赤白又多黃  
西北方無極太上道德天尊服色白黑又多黃  
上方無極太上道德天尊服色玄紫又多蒼  
下方無極太上道德天尊服色黃紅又多綠  
右十人其形如左天尊雲駕同到玉京會

前羽儀不可悉備後樂侍從亦四具陳舉  
一反三開一和十年

授道德經存三宮第五

授道德經師北向置經於案上弟子伏左師  
執經弟子擎法信師叩齒三十六通心存三

宮泥丸上元宮也絳宮中元宮也丹田下元  
宮也三一出千乘萬騎管衛於經其形如左

朝朝於戶外存四明等第六

朝朝於戶外呪存見四明功曹一人通真使  
者一人傳言玉童二人侍靜玉女二人

右六人其形如左

凡神官位號各以明義雖皆道應感化不同  
前後高卑各隨才識識悟緣漸故諸官互陳  
或申通宣傳或侍衛開導學者所求各從其  
願三元妙氣氣妙本一一本居宗三元化接

三之宗一四主冥明明之者知道知道者見  
妙見妙由明資於神識職有典掌總名為曹  
曹有績効皆名為功功曹接導開觀明故  
曰四明凡夫蒙愚德道乞照修行法事先闡  
功曹次及通真使者玉童玉女達道正神能

致生氣生氣即妙一之本入身則延年不死  
超三界之上居三元官中正一合德八方和

明功職所關故號四上右虎左龍仁義嚴明  
仁以輔善義以止惡惡消善積由於知真真  
無復雜雜弗能變故稱素女潔白靡汙夜闌

無明兼須童朗上玄少女演元始之氣同學  
者入黃官之中中極正宗高尊所處信誠感

通所啓必允黃房八隱義依此例  
夕入於戶存四上等第七

夕入常於戶外呪存見四上功曹一人龍虎  
使者二人侍靜素女一人開明童子一人上  
玄少女一人

右六人其形如左

入堂存三師第八  
入堂先思見經師次思見籍師次思見度師

右三條各見所在之方也

存五藏五嶽五星五帝金映五色圓光第九  
存三師竟次思見五藏五嶽五星五帝

右四條備衛身中身中變化無所不容至  
於書圖無由備受之於外標名方位得之

言前功拘謹致課耳

金映蓋一體體作五色從腑後出項有圓光  
如日象

右三條在身中照明十方

凡存思之時皆閉目內視人體多神必以五  
藏為主主各料其事事各得其成成正則一

而不二則隱顯無邪無邪則聚如可見見則  
與聖符同同聖即可弘積學自然感會是以

朝夕存思不可懈怠存者何也敦也輪也思  
者何也司也嗣也勿以輕躁失本學以重厚

得宗得宗則輪轉無滯輪轉無滯則存而不  
亡不亡由於司察善惡善惡在乎嗜慾偏頗

嗜慾偏頗者受憎迴遑往返生死勞苦未停  
未停之停停善不著善之善歸宗未能至至  
宗無者資於念念相續繼念嗣存無有入於

無聞無爲而無不爲號曰微妙玄通和光挫銳濟度無窮是故爲學之基以存思爲首存思之功以五藏爲藏藏者何也藏也潛神隱智不炫燿也智顯慙動慙日耀耀之則敗隱之則成光而不耀智靜神凝除慙中淨如玉山內明得斯時理久視長生也

第一見肺紅白色七葉四長三短接喉嚨下

肺者何也腦也伐也善惡之初兆而未明則伐善善廢惡興伐人命根根斷不斷由於此藏此藏藏魂魄者何也精也著也人之炫燿莫不關驚驚著曰惡惡如糟粕惡俗滯之不識精本今願捨著存而見之魄則肅然不得爲惡惡宜改先存之大與金合成則未分其色紅白著數納言取其和成德德始於肺終於脾胃一又二兼

濟也兼濟者信也

第二見心如芙蓉未開又似麝赤油膏長三寸在前心者何也深也靜也是非未辨靜酌

優量敗則成身成則得道禍福之深由於此藏此藏藏神者何也中也真也智慧

之主使屈能伸存而見之神則默然識定入真不可深厚也

第三見肝蒼紫色五葉三長二短九寸在心

下肝者何也幹也運也悟惡氣能改決定無疑行善建功幹事不急審正還宗由於此藏此藏藏魂魄者何也紛也迴也紛絪俗海迴向道門存而見之魂則欣然歡運動立克墜善業也

第四見腎倉色如覆瓿漆盃長五寸俠脊兩

腎者脊腎者何也緊也津習善緊緊不及慢津潤無窮濟度無極通祛俗由於此藏此藏藏精精者何也清也靈也動以休清化變無礙神靈往還提攝空極存而見之精則澄然不散世也

第五見脾黃蒼色長一尺二寸中有一尺曲

揄太倉胃上脾者何也脾也移也清凝滑潤補益一切能安能移而不匠既成由於此藏此藏藏志志者何也至也異也滑潤容化須郵異人存而見之信驗治志則湛然至道乎

坐朝存思第十

坐朝者端坐而修禮也凡有公事私礙或在非類之間不得求躬止當展敬但自安坐不使人知香火非嫌乃可爲之人見致笑亦不可闕將護彼意勿增他愆初夕向曉依時修之白日啓請亦宜平坐坐則常勿筆形色惟令異人不能覺知人覺而喜乃可化之覺而嗤鄙訾毀正真設其招殃又壞子業古之學道爲己今之學道爲人爲人苟以悅人不顧心非爲己者存心是則不顧迹違違亦申心致感迷速強欲伏衆有迹無心非惟徒勞乃更獲罪學真之士各如思宜宜貴會時時貴善合合而非善此時勿會會必兼濟濟物及身善善相得捨惡昇仙乃謂爲會會惡致敗名溢殊若出處所遭違時二病一者滯心二者執迹執迹者宜以心法化之滯心者宜以迹法引導導迹弗偏化心違執二病豁除上聖之道就矣凡行經山水積日舟車舟車之中山水之際步涉登陟舍住相須疲倦止息皆依時存禮隱顯隨宜存思精審自然忘



勞魔邪惡人不敢接近當誦經行戒以善與  
居與居無善破戒違經雖復存禮終不觀真  
嫉鬼妬神凶人惡物更相衝犯煩惱生災坐  
卧無寧急存火行之檢身心存口誦解了  
無疑以定三業三業既定乘災自消人鬼敬  
伏擁護去來出入動靜必保貞吉凡行者亦  
存想爾注三業在盟威經後凡存思者宜  
憶之故標出如左

上最三行

行無為

行柔弱

行守雌勿先動

中第三行

行無名

行清靜

行諸善

下最三行

行無欲

行知止足

行推讓

一者不殺二者不盜三者不淫此三事屬身

業

一者不妄言二者不綺語三者不兩舌四者  
不惡口此四事屬口業

一者不嫉妬二者不瞋恚三者不邪疑此三

事屬心業

右九行三業十事存念驚恐人思相干皆  
連思之危即安也

卧朝存思第十一

卧之為法勿正仰如尸當側傍檢體莫恣縱  
四肢不可高枕三寸許耳香藥為枕無用惡  
木冷潔穢臭衝犯泥丸雖行途權假常宜防  
之卧起祝願善念存心心存朝禮時不可闕  
關礙公私後皆懺悔也

朝出戶存玉女第十二

玉女者是自然妙氣應感成形形質明淨清  
皎如玉隱而有潤顯又無邪學者存真階漸  
昇進進退在形出入在道道氣玄妙纖毫必  
應應引以次從早至尊故白日則玉女守宮  
夕夜則少女通事濟度危難登道場也

夕出戶存少女第十三

夕出戶况曰少女通靈學未升玄不得無業  
業有優劣皆必須因因果妙乃一其神  
神而未一由學未止諸之以新引降濟陽  
人生陽沈動靜歸陰為道幾應成最妙  
妙應之初有茲少女乘正治邪和釋隔庚

對惡極善陰德濟陽顯稱玉明其可堅貞  
况而存之成其則速矣

右一人其形如左

齊存雲氣兵馬第十四

朝夕出入存神禮師志與朝儀同凡行道時  
所存清旦先思青雲之氣而滿齋堂中青龍  
師子備守前後次思青氣從肝中出如雲  
之昇青龍師子在青氣中袒覆弟子家合  
宅大小之身仙童玉女天仙飛仙日月星  
宿五帝兵馬九億萬騎監齋直事三界官

屬羅列左右耳正中思赤雲之氣而滿齋  
堂朱雀鳳凰悲鳴左右次思赤氣從師心中  
出如雲之昇鳳凰朱雀在赤氣中袒覆弟  
子家合宅大小之身仙童玉女天仙飛仙  
日月星宿五帝兵馬九億萬騎監齋直事

三界官屬羅列左右日入思黃雲之氣而  
滿齋堂黃龍黃麟備守四方次思黃氣從師  
脾中出如雲之昇黃龍黃麟在黃氣之中  
袒覆弟子合家大小之身仙童玉女天仙  
地仙飛仙日月星宿五帝兵馬九億萬騎

滿齋堂黃龍黃麟備守四方次思黃氣從師  
脾中出如雲之昇黃龍黃麟在黃氣之中  
袒覆弟子合家大小之身仙童玉女天仙  
地仙飛仙日月星宿五帝兵馬九億萬騎

滿齋堂黃龍黃麟備守四方次思黃氣從師  
脾中出如雲之昇黃龍黃麟在黃氣之中  
袒覆弟子合家大小之身仙童玉女天仙  
地仙飛仙日月星宿五帝兵馬九億萬騎

滿齋堂黃龍黃麟備守四方次思黃氣從師  
脾中出如雲之昇黃龍黃麟在黃氣之中  
袒覆弟子合家大小之身仙童玉女天仙  
地仙飛仙日月星宿五帝兵馬九億萬騎

滿齋堂黃龍黃麟備守四方次思黃氣從師  
脾中出如雲之昇黃龍黃麟在黃氣之中  
袒覆弟子合家大小之身仙童玉女天仙  
地仙飛仙日月星宿五帝兵馬九億萬騎

滿齋堂黃龍黃麟備守四方次思黃氣從師  
脾中出如雲之昇黃龍黃麟在黃氣之中  
袒覆弟子合家大小之身仙童玉女天仙  
地仙飛仙日月星宿五帝兵馬九億萬騎

滿齋堂黃龍黃麟備守四方次思黃氣從師  
脾中出如雲之昇黃龍黃麟在黃氣之中  
袒覆弟子合家大小之身仙童玉女天仙  
地仙飛仙日月星宿五帝兵馬九億萬騎

滿齋堂黃龍黃麟備守四方次思黃氣從師  
脾中出如雲之昇黃龍黃麟在黃氣之中  
袒覆弟子合家大小之身仙童玉女天仙  
地仙飛仙日月星宿五帝兵馬九億萬騎

滿齋堂黃龍黃麟備守四方次思黃氣從師  
脾中出如雲之昇黃龍黃麟在黃氣之中  
袒覆弟子合家大小之身仙童玉女天仙  
地仙飛仙日月星宿五帝兵馬九億萬騎

滿齋堂黃龍黃麟備守四方次思黃氣從師  
脾中出如雲之昇黃龍黃麟在黃氣之中  
袒覆弟子合家大小之身仙童玉女天仙  
地仙飛仙日月星宿五帝兵馬九億萬騎

滿齋堂黃龍黃麟備守四方次思黃氣從師  
脾中出如雲之昇黃龍黃麟在黃氣之中  
袒覆弟子合家大小之身仙童玉女天仙  
地仙飛仙日月星宿五帝兵馬九億萬騎

滿齋堂黃龍黃麟備守四方次思黃氣從師  
脾中出如雲之昇黃龍黃麟在黃氣之中  
袒覆弟子合家大小之身仙童玉女天仙  
地仙飛仙日月星宿五帝兵馬九億萬騎

滿齋堂黃龍黃麟備守四方次思黃氣從師  
脾中出如雲之昇黃龍黃麟在黃氣之中  
袒覆弟子合家大小之身仙童玉女天仙  
地仙飛仙日月星宿五帝兵馬九億萬騎

監齋直事三界官屬羅列左右此三時行

道六時依如後科人定思白雲之氣而滿

齋堂白虎驤麟備守內外次思白氣從師肺

中出不須存默麟宜存白虎若存麟思白

麟在白氣中往履弟子合家大小之身仙

童玉女兵馬日月悉如前法黃籙大齋三

時行道宜用日入常齋三時可取人定人

定而用日入存思又六時更從會始次赤

周白此皆失法青白別有皆非五藏六府

之儀也夜半思玄雲之氣而滿齋堂靈龜

騰蛇備守上下次思黑氣從師腎中出如雲

之昇靈龜騰蛇在黑氣中仙童玉女日月

兵馬悉如前法也向曉思紫雲之氣而滿

齋堂辟邪師子備守隱顯次思紫氣從師肺

中出餘如前法其形如左

凡師思雲氣各從方來青雲出上見從其方

稍出漸成蒼鬱氣氣充溢堂宇然後思已身

中藏氣又出與雲色采合氣同明淨香深覆

庇家門宮城山水小大畢周神官靈獸齊整

參羅前後左右四方內外上下隱顯六時轉

陰神靈普遍也

上講座存三色三一塊魄第十五

上講時先存三色次存三一行道有六時上

講但三時食後上脯人定三時入齋堂檢香

檀三拜巡迴休坐竟有衆者法師以板擊席

仍放板膝前同臨目揔固存頭氣青兩手氣

赤兩足氣白三氣繞身其形如左

初登高座先存禮三尊第十六

講義及讀經先靜竟登起向太上座三過上

香却後歎尺禮三尊三拜又仍存經師籍師

度師各禮一拜合六拜乃登高座其形如左

三尊者道尊經尊真人尊三尊通乎人身

人身欲與三尊同者清齋精思禮拜存之

日一過如此初下六拜後重不須禮一則

二拜叩持頌念如法藏者心拜之

登高座侍衛第十七

登高座安坐坐者大坐也欬板當心鳴鼓

三十通咽液三十六過瞞目見左青龍右白

虎前朱雀後玄武足下八卦神龜三十六師

子伏前頭中七星五臟生五氣羅文覆身上

三一侍經各千乘萬騎仙童玉女衛之其形

如左

萬通竟雲駕至第十八

能讀五天文萬通太上雲駕下迎萬通畢未

去者一月三讀之須雲駕至便昇仙其形如

左啓行萬通之道又存五雲之星轉經之後

夜半至生氣之時飽服五牙之氣坐向月

建之方叩齒九通咽液三十六過瞞目存

五星辰在頭歲在左肘太白在右肘焚感

在兩膝間鎮在中心久久乃止行入常思

不忘千災自然絕萬禍不能干後當身上

出水身下出火智慧六通老見五老是五

星精神見之則變化自在同昇乎天也

思修九宮法

守寸在兩眉頭入三分左黃關紫戶右綠臺

青房天庭宮左明堂上雌宮明堂宮兩眉

中却入一寸是雄宮極真宮左洞房宮上

雌宮洞房宮兩眉間却入二寸是雄宮玄

丹宮在丹田泥丸宮上雄宮丹田泥丸宮兩

眉間却入三寸是雌宮太皇宮在流珠宮

上雌宮流珠宮在泥丸宮後一寸是雄宮  
玉帝宮在流珠宮後一寸是雌宮

守寸紫戶大神名平靜字法玉青房大神名  
正心字初方三呼其名字祝曰

紫戶青房有二大神手把流鈴身生風雲伏  
衝真道不聽外前使我思感通利靈關出入

貞利上登九門即見九真太上之尊  
明堂宮左有明童真君諱玄陽字少青右有

明女真官諱微音字少元中有明鏡君諱照  
精字四明三君共治明堂宮並著綠錦衣服

帶四玉鈴口銜玉鏡鏡鈴並赤玉並如嬰兒  
之狀三吋三君名字叩齒九通則千妖伏息

洞房宮左有無英公子右有白元君中有黃  
老魂三真共治洞房宮中此飛真之道在金

華經中

丹田泥丸宮左上元赤子名玄凝天字三元

先右帝卿君名肇勤精字中玄生二人共治  
丹田宮此守三元真一地真之要路昇空乘

龍車之道也

流珠宮有流珠真神居之又有日月月中女子

名纏旋字密真別有流珠經此太極公卿司  
命之道

玉帝宮有玉清神母居之又有紫素黃素白  
素三素元君居之上清神母姓廉名衝字荒

身長九寸九分著黃衣素靈之綾頭戴七編  
珠玉之髻冠無極進賢冠居無上之上太極

珠宮中七官府五靈鄉玄元里下治兆身玉  
帝宮中

天庭宮有上清真女居之真女姓厥名迴字  
粥類長六寸六分著青寶神光錦繡霜羅九

色之綾頭戴玉寶飛雲之髻冠玄黃進賢之  
冠居無上之上太上崑崙太幽宮中明堂府

九光鄉大化里下治兆身天庭宮中  
極真官有太極帝妃居之太極帝妃姓玄名

靈生字伯元長七寸七分著玄羅五色鳳文  
之綾頭戴七寶玄雲之髻冠無極進賢之冠

居無景之上太清極玄宮中玉房府三丹田  
丹元里下治兆身極真宮中

太皇宮有太上君后居之太上君后姓遷名  
含孩字含延生長三寸三分著七寶飛精玄

光雲錦霜羅九色之綾頭戴九玄玉精類雲  
之髻冠玄黃無極三寶玉冠居太清九玄之

洞無極真宮中丹精府靈光鄉玄玄里下治  
兆身太皇宮中

四宮雌真一之道高於雄真一素靈所秘是  
天元始生之陰宮號帝妃也叩齒十六通祝

曰  
太清陰神號曰女靈變景九玄乘真隱冥日  
吉天朗杏齋上清心念目矚洞鑿神形還守

宮宅玉華芳盈五色變化流黃紫青蓮致飛  
霞上造帝庭畢叩齒三十六過止

玄丹宮有中黃太一真君居之太一真君厥  
諱規英字化玄貌如嬰孩坐在金林玉帳之

中著紫綠錦衣服帶流火之鈴鈴赤色光聲  
聞於十萬里左手把北斗七星之柄右手把

北辰之綱乃存北極辰星中有紫氣滿宮溢  
出身外身與紫氣混合為一又存日從天上

下入玄丹宮紫氣中央次存中黃太一真君  
從北極紫氣中下入兆玄丹宮日中央坐口

吐紫氣滿玄丹宮中又存已身上入玄丹宮

中對中黃太一真君坐因心起拜膝前問  
道求神仙長生之意因存口吞紫氣四十週  
又存北斗七星中有一赤氣大如弦下八已  
玄丹宮中又存太一真君與北俱乘日入赤  
氣道中上詣北斗魁中寢卧良久行之十八  
年後使玉童玉女祝曰

太上真皇中黃紫君威譎規英字曰化玄金  
牀玉帳紫繡錦裙腰帶火鈴斬邪滅奸手把  
星晶項生日真正坐吐氣使我咽吞與我共  
語同晏玄丹鍊灌七魄和柔三魂神靈奉衛  
使我飛仙五藏自生還白童顏受書上清司  
命帝官所願所欲百福惟新

頭中諸真神上治九天之上下治頭中泥丸  
人身中百神皆與天靈通同又存呼之則載  
人昇天也其文在前

帝君諱達陵梵字履昌靈一名七靈一名神  
丈人居太極紫房中為身中百神之主帝君  
上治玉清天紫房宮下治人頭紫房宮中太  
一名務猷收字歸會昌一名鮮明一名寄顯  
左無英公子名玄充叔字合符子一名元素

君一名神公子洞房宮右白元洞陽君名鬱  
靈標字玄夷絕一名朱精一名啓成在六合  
洞房宮中央司命丈人君名理明初字玄度  
卿一名神宗一名靈華在六合洞房宮司命桃  
君名孩道康字合精廷一名命玉一名胞椒

六合洞房宮帝君主變太一主生司命無英  
主精白元主魄魄桃康主神靈人有五籍五  
符真之帝君五神執之各主其一間關本命  
除死籍上生名常存五神各捧一青玉案上  
有我五符五籍符長一寸廣五分籍長五分

廣一寸存司命君左手把白玉簡右手執曹  
青筆為我削除死錄白簡黑書為我上生錄  
白簡青書存符籍上有我州縣鄉里姓名年  
如于青文綠字分明了了五神各捧案擎符  
籍從六合宮中上入紫房宮中對帝君前以

呈帝君帝君即命左玄一老子名林虛夫右  
三素老君單張上正一左仙人仲成子正一  
右仙人曲文子齋兆兆已符籍上詣玉清太  
素太上三元上清高玄諸君九天宮太素三  
元高玄並太上仙官也

### 思九宮五神法

九天九宮中有九神謂天皇九魂變成九氣  
化為九神各治一宮故曰九宮太清中有太  
素太和洞房中有明堂絳宮是曰六府上曰  
天府下曰洞臺三五之號其位不同一曰太  
清之中則三五帝君二曰三一丹田神又五  
者符籍之神太一公子白元司命桃君是也  
合而名為三五三五各有宮室若三真各安  
在其宮五神上見帝君帝君左有元老丈人  
右有玄一老君此則無極之中所謂九宮上  
一則真一也九君所謂天之魂自然成真子  
也以為兆神者也若非知精存九君深思三  
真必能以兆一體周旋三五之中反覆七九  
之裏使天帝之靈魂常治兆已五神奉籍周  
而復始必將白日登度何但不死而已哉

### 存元成皇老法

以月二日三日夜半安卧閉目存思太極中  
皇帝君次思左有元成老子衣青衣冠五華  
白冠左手持金液漿右手持白幡並在太極  
之中有九名一曰太清二曰太極三曰太微

四曰紫房五曰玄臺六曰帝堂七曰天府八曰黃官九曰玉京玄都要而言之從人頂上直下一寸為太極宮太極宮方一寸耳在六合官之上六合太一之神居焉從兩眉間却入一寸為明堂却入二寸為洞房却入三寸為丹田其明堂之北洞房之南兩眉間之上一寸為六合官官方一寸存三具畢又存我魂一人如我之狀上入太極宮二老因授青芝金液漿見與以次存食芝而飲漿青芝似蓮華漿似美酒耳飲食都畢已乃再拜帝君之前而言曰今日清吉帝君在庭賜以神芝金液玉漿二老度籍太一奉章長生久視壽命未央又存帝君答曰幸哉奉時月二日三復來畢因以取服名受帝之藥存思太極之時皆當從兩眉間入焉兩眉間為泥丸之玉門名曰守寸黃闕紫房矣

存帝君法

常以本命日或正月一日或以六戊日正中時冠帶入室北向再拜呪曰  
高皇帝君太上玉晨皇天元老无上大道曾

孫某甲願帝君長安兆身紫房官中其夜人定時入密室正卧冥目上向存念北斗太極中央大明星精耀正黃光氣來下在此目前引入口中咽三十七過止存使黃精和氣填滿太倉黃庭中下丹田下至陰室地戶周行而體悉令畢至乃又念紫房官中有五人款象成五帝天皇帝君正在中央太一來上當跪帝前奉兆命籍司命立後除此死錄存削去死錄死錄黑簡白書也生錄白簡青書也存見白玉之簡曾青之筆司命進授此白簡青筆於帝君帝君伏南尚而書之曰某郡某鄉里某甲字乙玉簡記年長生上玄所向如願為真為仙天下見者皆曰真人太一司命保護甲身永養日月壽百萬年又心存籍簡一枚令長一寸闊五分耳思念書字極令了了又次存太一公子白元司命執君五人從六合官上入紫房中各奉書玉案案上各有一符符各有青綠色以呈帝君帝君以次取符付向者共化之四帝其一帝名曰彫梁際字青平其一帝名曰長來覺字南和其一帝

名曰彰安字西華其一帝名曰休成易字杜伐存此四帝並共讀五符讀五符畢因檢與兆兆得符即跪帝君前以次服之畢又存思四帝從虛空中上昇三天臨去各告地曰子能常存我名字者則辟萬害長生不死我太上之子三元之內真度汝命籍五符入形故以求存天地以致仙靈也若春月則存青平帝以青液之體感以青玉枕一升見與服之服之畢四帝俱上昇天也夏月存南和帝四時倣此也

存玄一老子法

又存帝君之左有玄一老子服紫衣建龍冠又存帝君之右有三素老君服錦衣建虎冠夫龍虎冠象如世間速遊冠而有龍虎之文章也玄一老子名林虛夫字靈時道三素老君名罕張上字神生道二老並從正一仙人後其左仙人仲成子一名帝賓字四華其右仙人曲文子一名光堅字靈和服色衣冠亦如二老之狀

存司命法

又符司命下至六合中詣太一官司命合形

太一太一復上詣帝君度飛符籍太一啓帝

君曰符籍已度司命合形四帝賜醴高上記

生乞得書名出錄以付二老君於是帝君忽

於懷中出兆命籍付左老子又於懷中出兆

五符付右老君二老授符籍而言於帝君曰

某甲生錄已定長存世上帝符五行上記太

素宮於是二老命二正一仙人仲成子曲文

子賈某甲命籍五符上詣玉清太素太上三

元上清高玄諸君九天宮宣令帝度某甲生

籍使得神仙號曰真賢二老有命皆使記焉

於是二人賈兆符籍宣于九天良人都畢又

存司命太一分形各為一人共遊行太清檢

御一體百神上下既而各還其官名此為百

神混合本命帝君大變之道五帝定錄之時

二老定生之會也

雲笈七籤卷之四十三

雲笈七籤卷之四十四

橋四

雲笈七籤卷之四十四

存思

太一帝君太丹陽書一名太一別訣

夫學道而無太一猶視瞻之無兩眼存念而

無太一猶胃腹之失五藏御神而無太一猶

起行之無四支立身而無太一猶尸殮而無

氣矣是為此經開通萬神生成魂律千塗百

徑太一而立人焉若學無師者徒自煩勞也

今別復撰此經之波流鈔出其外際未陳幽

妙靡該秘唱者名為太一別訣

如有可尋以悟始涉未令頓開深源者也自

使別訣微行於學者涉羸跡以自覺焉至於

幽玄內樞合奇萬流流會具神混合靈府燁

燁于神景之變發曜於造化之外煥如圓曜

寂如太無鬱起而空洞結雲凝思而千年繼

夜可謂微乎深哉太一之變也皆理竭於此

經事悉於洞玄者矣夫人者受生於天魂結

成於元靈轉輪九氣挺命太一開關三道積

神幽官所以玄流七經流津數澤日月映其

六虛口目運其神靈雲行雨施德擬天地胞

胎內一五因來具立人之道其如此也故五

因者是五神也故三道是三真也夫五神天

之魂也三真天之道也九氣天之胎太一天

之源日月天之眼玄流天之潤六虛天之光

幽官天之府神器天之化元靈帝之變凡此

言九氣者乃混合帝君之變變而化九是謂

九宮九宮混變而同一矣兆欲修已求生當

從所生之宗所生之宗謂元父玄母也元父

主氣化理帝先玄母主精變結胞胎精氣相

成如陰陽相生雲行雨施兆已道合元名數

起三五兆始稟形七九既而兆體乃成和合

三五七九洞冥象帝之先當須帝營天皇之

功九變為靈功成人體體與神并神去則死

神守則生是以三元為道之始帝君為道之

根太一為道之變九天為道之神九宮為道

之宅玄流為道之津修之三年可以照鏡三

田以致神仙朝通六合夕守泥丸堅執胎精

使心常動後學之子須此為緣見是經者始

可與言九氣陶注太一運神矣既得為人人

亦象矣自元太一靈簡三元金名司命隱符  
 五老紫籍雖受天氣而生皆不得聞見至道  
 矣子元又玄官紫札上皇寶名太一玉籙東  
 華陽圖三元銘神大帝參魂者雖受天之性  
 既得覽聞至道矣亦不能修為為不能久久  
 而不固固而不專專而不能洞也適可隱存  
 五嶽登行常生之塗耳不得八景超霄得煙  
 控睥飛騰虛羽踴躍太无矣子又無瓊臺羽  
 札流雲五校太一金簡五皇隱錄後聖七符  
 空山石函丹臺素章玄皇玉行天母胞圖太  
 上圓名保真秀景光練神驅之錄者皆不得  
 見洞真玄經觀帝一之變又不得聞消魔神  
 智慧之訣又不得聞太上隱書八素之辭又  
 不得聞大洞真經三十九章金真玉光露落  
 七元也存三守一精思洞房會帝君則化生  
 九靈於子形中輔子之神明成子之仙真保  
 子之長生固子之胎魂也白元无英桃康司  
 命太一混合五神捧籍列符五神各有所主  
 混合九變三五化形於是三宮鎮真百萬受  
 靈帝君寶籍宿命无傾九天九宮中有九神

是謂天皇九魂變成九氣化為九神各治一  
 宮故曰九宮太清中有太素太和洞房中有  
 明堂絳宮是曰六府上曰天府下曰洞臺三  
 五之號其位不同一曰太清之中則三五帝  
 君二曰三一丹田神又五者符籙之神太一  
 公子白元司命桃康君是也合而名為三五  
 三五各有官室若三真各安其官五神上見  
 帝君左有元老丈人右有玄一老君此則无  
 極之中所謂九君上一則真一也九君所謂  
 天之魂自然成之子也以為兆神者也若兆  
 之精存九君深思三真必能以兆一體周旋  
 三五之中返覆七九之裏使天帝之靈魂常  
 治在兆已五神奉籍周而復始必將白日登  
 晨何但不死而已哉帝君混化周旋三五太  
 一萬結成七九其數合二十四也天有二十  
 四氣氣之上化也變而則成真人真人亦稟  
 之故體有二十四神神有千乘萬騎雲行八  
 極之中子若思存念之慎勿忘可以辟死求  
 生上超十方於是神安氣洞上與天通越出  
 地戶過度天門隱息四維七星散分飛行雲

房日月值報守金藏玉制御萬神神王何人  
 我已成其真矣此隱存之道也並有經訣在  
 上皇中極寶景篇中子既有之不得妄傳必  
 須默誓審人乃宣夜半生氣時若鷄鳴時正  
 卧閉目微氣存左目中出日右目中出月並  
 徑九寸在兩目耳之上名為六合高窻也日  
 月使照一身內微泥九下照五藏腸胃之中  
 皆覺見了洞徹內外令一身與日月光共  
 合良久畢叩齒九通咽液九過乃微祝曰  
 太上玄一九星吐精三五七變洞觀幽冥日  
 月神光下徹神庭俛照六合太一黃寧帝君  
 命簡金書不傾五老奉符天地同誠使我  
 不死以致真靈却過萬邪禍滅消平上朝天皇  
 還老返嬰太帝有制百鬼敬聽訖畢乃閉目  
 名為日月鍊根三光校魂以制御百神辟諸  
 鬼氣之來侵使兆長生不死夕存之矣又  
 存左目為日右目為月共合神庭之中却上  
 入明堂之中化生黃英之醴下流口中九咽  
 之以哺太一常以生氣時存之畢微祝曰  
 日月上精黃水月華太一來飲神光高羅使

我長生天地同柯單五日一行之

口中舌上為神庭存日月既畢因動舌覺有黃泉如紫金色從舌上出上流却入明堂之中名為黃英之醴也存思之時當閉目絕念帝以月朔之夕生氣之時安卧閉目向上心存二十四星星大一寸如相連結之狀又存

一星中輒有一人合二十四人如小兒始生之狀无衣服也於是二十四星直從天上虛空中來下迴繞一身外三匝畢次以咽之入口中凡作二十四咽咽時輒覺吞一星也覺

從口中徑至臍中名曰受命之宮也又覺星光照一腹內洞徹五藏又存星光化為二十四真人並吐黃氣如煙以布滿臍中鬱鬱然洞徹內外也良久微呪曰

二十四真廻入黃庭口吐黃氣二十四星灌我命門百神受靈使我骨強魂魄安寧五藏

受符天地相傾畢名曰真氣入守命門以辟災禍百鬼之疾令人長生不死太元混合以象一靈虛生之子以為上帝君又居泥丸之帝以為三一之尊帝尊帝者是虛生之子也

是謂三帝焉太一受生於空洞變化乎八方

五景於三帝之間流會乎萬神之領天地之尊皆須太一而自運也靈帝无太一則玄靈不迴氣尊帝无太一則三一不居其宮域故太一之神併五神以通用上合體於二帝帝

之為高猶天皇帝君者也尊形九魄魄生三五合會結成帝君符帝生也受玄中上氣三五離合之所擬焉是以帝生於无極之表空成之中是於太清之域治在玉清氣紫微宮光耀五色華蓋九重前洞泥丸後開幽門下

臨六合上連紫雲百靈宿衛飛閣交通玉殿朱陛內有金房中有太真號曰天皇馮虛而生處無極之中衣五色珠衣冠九德冠冠制御天地時乘飛龍六轡超虛九道自通此自然之精氣衆真之帝君兆常思而誦之可以

為仙王

太極之中有九名一曰太清二曰太極三曰太微四曰紫房五曰玄臺六曰帝堂七曰天府八曰黃宮九曰玉京玄都要而言之從人頂上直下一寸為太極宮宮方一寸耳在六

合宮之上六合宮太一之神居焉六合宮在

明堂之北洞房之南兩肩之間上一寸也帝君主變太一主生司命主命无英主精白元主魂魄桃康主神靈人有五籍五符稟之帝君五神執之各主其一問關本命除死上

生而无太一之事者萬不生也太一者胞胎之精變化之主魂魄生於胎神命氣出於胞府變合帝君混化為人故太一之神生之神生之母帝君之尊生之父太一名務猶收字歸會昌又一名解明一名寄類

此三元洞玄內寶經之真名字外訣雜鈔云云之名皆非實非真也今此名字甚不可告人自知之者長生不死辟却萬禍能致神靈玉女來降已矣夕夕當存太一在己身中六合宮或存太一在此左右座卧皆向无所不在也皆以生氣時存之單呪曰

太一之精起於太清魂魄變化形影為靈攝御百神拘制三陽帝君玄煙合真會昌內安精氣外攘災殃却除死籍延命永長衣服老少變易无常治在六合周旋絳宮下達洞門

在也皆以生氣時存之單呪曰



上到玄鄉混合三五遊息天京呼引日月變化雄雌攝兆符籙胞胎之囊死生之命太一扶將

存太一與此形正同衣服亦同也是以此之身常當齋潔而修威以求會景於太一也衣服中物一不得假借於不同氣者諸如此類皆當慎之于既不能服食去穀精思研真矣當節諸膳穢腥血雜食掌事之菜一為禁絕若能如是以愈矣可以庶生命之長矣

右无英公子者結精固神之主三元上氣之神結精由於天精精生歸於三氣矣故无英公子常攝精神之符命也名玄充叔字合符子又一名元素君一名神公子常在玉房上清之內夕夕存思之畢呪曰

太上玉真皇精相連三元英氣太玄紫辰九

霄提明玉華生煙黃闕金室中有大神握固流鈴首連華冠紫蓋迴鸞龍衣虎文貌狀嬰兒四靈洞均出丹入虛合形帝君呼陰召陽天道有真名曰玄元叔號為无英君周流九道散化五常攝精生我與道長存

右白元君者或曰洞房君也主攝魄魄之氣檢御靈液之神故魄魄生於九靈之宮神液運於三氣之真是以御之者號曰白元洞陽君攝持魄魄之符命焉白元君名鬱靈標字玄夷絕又一名朱精一名啓成治在玉堂上清之內夕夕存思畢呪曰

太上神精高清九宮三氣結變正當神門龍衣虎帶扶命還魂腰佩玉書黃晨華冠把籙持符呼吸混分名曰鬱靈號曰白元與我俱遊上到陽關周旋九清六合之中固養精液

沉九上元百神扶將各鎮寶宮檢御既畢還安黃房

中央司命君者或曰制命丈人主生年之本命攝壽夭之簡札太一變魂而符列司命混合而對魂帝君司命之神主典年壽魁柄長短之期是以混合太一以符籙而由之故稱丈人焉名理明初字玄度卿一名神宗一名靈華白日治幽極宮通御陰房出入神廬兩門中夕治在玄室地戶之中幽宮之下六合宮之上一界中耳陰房者是鼻之兩孔中也

司命出入當由鼻孔不兩眉間也夕在玄室為玉莖之中地戶亦為陰囊中也若女子存之今在陰門之內北極中夕夕存思焉拜畢呪曰

皇一之魄化成九名混合三真變景帝庭幽極玄戶中有天靈周旋七運百神合成攝壽把算司命之精龍衣虎格冠中七星常在我已安存我形號為丈人名曰理明上通符命使我長生三元六府萬關條平攝御靈氣與北合弄龍輪徘徊共登太清齊光日月幽幽冥冥刻命青綠天地俱傾

命門桃君者攝真氣之命此始氣之君也還精歸神變白化青合規矩矩生立肇冥天地之寶元陰陽之靈宗金門玉闕房戶之寶並制命於桃君之氣也故太一還景帝君合魂還景者俱混洞以萬變合魂者化精液而生也精變之始由桃君而唱以列男女之兆焉桃君名獲道康字合精延一名命王一名胞根白日治在金門五城中是為臍中命門下丹田之官也夕治在六合中太一之右馬夕

夕存思畢乃呪曰

玄元結精虛氣合煙胞胎之結陰陽之親太  
上三氣下入兆身百節受靈萬神各陳浪沈  
為一名為桃君形如始生暉暉衝天衣服五  
色華綵鳳文手執神符合帝之魂腰帶虎書  
赤巾丹冠金床玉榻正當命門口吸精氣強  
我骨筋右有神女手把朱幡左有玉童書記  
帝官陽氣左行混變未分陰氣右迴流形七  
旋上詣泥丸常遊九宮出入幽門攝練魂魄  
六府之間領錄萬神與我俱仙

右三五渾合化生五神之法此五神者稟五  
氣之大靈符玄命之宗也上生虛无下結一  
身身中之生須五神以起居焉兆富夕夕存  
思而祝之焉若不能開誦可白日按文而於  
之不必夜半要生氣時耳夫三魂生於五神  
三真出於五靈謂此道為混合三五之法焉  
行之者長生不死名此道曰察明堂歷神紫  
宮生化三五朝胎上元者也雖已得仙者亦  
當行之者長生也存思之時坐卧任意若座  
者得向本命為佳若不能頓思五神者可以

先次存二神後存三神周而復始先後太一  
始也

鎮神養生內思飛仙上法

太微天帝君鎮神內思解脫散結固魂凝魄  
混合玄修真之道開通六府五宮受靈咽  
氣思真芝芳自生胃管絡絡神澄體清玉養  
立至白日登展常當清齋沐浴燒香入室焚  
心棄累遺塵豁然元滯注念不眠然後真形  
可觀遊神可還每以平旦東向平座臨目內  
存形色朗然呼其正諱還鎮本宮叩齒三十  
六通乃存

髮神名蒼華字太元形長二寸一分  
腦神名精根字泥丸形長一寸一分  
眼神名明上字英玄形長三寸  
鼻神名玉壘字靈堅形長二寸五分  
耳神名空闕字曲田形長三寸一分  
舌神名道命字正倫形長七寸  
齒神名崑鋒字羅千形長一寸五分面部七  
神同衣飛羅裙並嬰兒之形存之審正羅列  
一面各鎮其官畢便叩齒二十四通咽氣十

二過祝曰

靈源散氣結氣成神分別前後總統泥丸上  
下相扶七神數陳流形通變變養華元導引  
八靈上衝洞門衝驅攝景上昇帝晨星次思  
心神名丹元字守靈形長九寸  
肺神名皓華字虛成形長八寸  
肝神名龍煙字含明形長七寸  
腎神名玄冥字育嬰形長三寸六分  
脾神名常在字魂庭形長七寸三分  
膽神名龍曜字威明形長三寸六分六府真  
神同著丹錦飛裙處五藏之內六府之官形

若嬰兒色如華童存之審正羅列一形從朝  
至暮思念勿忘叩齒二十四過祝曰  
五藏六府真神同歸總御絳官上下相隨金  
房赤子對處四扉幽房玄闕神堂紐機混化  
生神真氣精微保鍊丹田與日齊暉得與八  
景合形昇飛畢次思  
精血三真名无生君字黃寧子玄鎮我兩乳  
之下源  
骨節二真名堅玉君字凝羽珠鎮我太倉之

府五腸之口

心中一真名天精液君字飛生上英鎮我胃中四極之口

九元之真男名拘制字三陽鎮我左耳伏展之戶

皇一之媿女名上歸字帝子鎮我右耳伏展之戶

紫素左元君名鬱鬱无刃字安來上鎮我頭面之境

黃素中元君名圓華黃字太張上鎮我曾脇之境

白素右元君名啓明蕭刃字金門上鎮我下關之境

日中司命名棧生鎮我左手中

月中桃君名方盈鎮我右手中

胎中一元白氣君名務玄子字育高生

太一精魂名玄歸子字盛昌二神鎮我五藏之上結喉之本

結中青氣君名素延昌字合和嬰兒

元君精魂名保谷童字明大二神鎮我五藏

之下大胃之上

節中黑氣君名試來生字精上門

帝真精魂名幽臺生字灌上生二神鎮我九腸之口伏源之下

胞中黃氣君名相明車字神无極

天帝精魂名理維藏字法珠二神鎮我小腹之內二孔之本

血中赤氣君名混雜子字叔保堅

司命精魂名發紉子字慶玄二神鎮我百關之血絕節之下

上玄元父君名高同生字左迴明

下玄元母名叔火王字右迴光

帝皇太一名重冥空字幽象元

九帝尊名日明真字衆帝生

大帝精魂名陽堂王字八靈君

九關魂名綠迴道字絕冥

胎於南宮鎮存神於一身布真氣以固年畢叩齒三十九遍祝口氣生於无結生陽神陽氣外真陰氣內成二象番錯交結元靈內真鎮衛九孔受生保魄固魄萬神安停保我三關華芝充盈與我同昇俱造玉清單咽氣三十九過以鎮三十九戶氣澤市潤流布一身若能棄累不拘世塵靜心夷意朗觀虛房眇想內視鎮神固魄絕死氣於九戶鎮生宮於上關迴市存祝如面共言晝夜三年真神見形皓華反根朽齒牙生五藏結絡內補充盈役召六甲驅策六丁室致九霄之賓神降二素之輯神飛形舉白日登晨

右真之神寶名內字而鎮在人身之內運於九天之氣因入六府機關萬積化生皆由於神神鎮則生神遊則亡勤心積感則能舉人身形上昇玄官求仙之道不知形神內名又不知填死尸長生豈可冀乎夫修此道不得冒履淹穢食五辛酒肉之屬觸忤正氣神則去矣人知豐肴以甘口爵祿以榮身而不知甘口之食是傷神命之芥者麗是消真之

源故神人愛幽寂而棲身不顯形於風塵者也  
也修生之家且可慎乎

### 三九素語玉精真訣存思法

訣文曰九天丈人三天玉童同時傳天帝君  
天帝君天帝君傳太微天帝君太帝君以傳  
南極上元君天帝君以傳西王母太微天帝  
君以傳金闕聖君金闕聖君以傳上相青童  
君青童君傳西城王君使付後學應為真人  
者承真相統氣係皇篇至王君已經七十餘  
劫王君後封靈文於王屋山西穴玉室之內  
有素靈之官侍香典文其道秘妙不行於世  
若有玄名得遇此文萬仙來朝天官衛身勲  
行苦思白日昇晨凡受上清道經三寶妙章  
步虛昇玄之道而不先釋五藏開理幽闢萬  
氣不固真靈不欣徒勞歎害萬不得仙今撰  
玉訣上帝妙言以傳後學秘而奉真慎勿輕  
傳殃滅子身

每至本命之日沐浴入室東向叩齒九通冥  
目思東方青帝少陽九靈真人諱拘上生身  
長九寸頭戴九元之冠衣單青飛裙手執青

精玉板乘青雲飛與從青桂玉女十二人從  
天清陽宮中來下以青雲冠覆我身思九靈  
真人乘雲氣入我身中安鎮肝內便三呼少  
陽九靈真人拘上生齋青芝玉精補養我身  
便三味口三咽止仰呪曰

蒼元浩靈少陽先生九氣運肝使我魂寧幽  
府結華藏內鮮明練容固體返白為青化內  
發景登昇紫庭敢有犯試推以流鈴上帝玉  
錄太清記名畢引氣九咽止

正南向冥目叩齒三通思南方亦帝太陽南

極真人諱融上生身長三寸頭戴進賢之冠  
衣絳章之衣手執朱玉之板乘赤雲飛與從  
赤桂玉女十二人從天蘭臺宮中來下以丹  
雲冠覆我身思太陽南極真人乘雲氣入我  
身中安鎮心內便三呼太陽南極真人融上  
生齋丹芝玉精補養我身便三味口三咽止  
仰呪曰  
赤庭絳雲上有高真三氣歸心是我丹元騰  
我淨躬遙奏以聞心固神靜九靈開闢金真  
內映紫煙結雲太微綠字書名神仙飛行上

清朝謁帝庭畢引氣三咽止

正西向冥目叩齒七通思西方白帝少陰素  
靈真人諱辱明子身長七寸頭戴玉寶玄冠  
衣素錦之衣手執素玉之板乘白雲飛與從  
素靈玉女十二人從天皇宮來下以素雲冠

覆我身思素靈真人乘雲氣入我身中安鎮  
肺內便三呼少陰素靈真人辱明子齋白芝  
玉精補養我身便三味口三咽止仰呪曰

素元洞虛天真神廬七氣守肺與神同居保  
練玉藏含華玉芝澄誠明石遊御玄虛白玉

金字九帝真書使我飛仙死名落除遊洞三  
清適意所如畢引氣七咽止

正北向冥目叩齒五通思北方黑帝太陰玄  
靈真人諱冥玄黔身長五寸頭戴玄冠衣玄  
雲之衣手執玄精玉版乘玄雲飛與從太玄  
玉女十二人從天玄陰玉虛宮中下以玄雲  
冠覆我身思太陰玄靈真人乘雲氣入我身  
中安鎮腎內便三呼太陰玄靈真人冥玄黔  
齋玄芝玉精補養我身便三味口三咽止仰  
呪曰

玄元北極太上靈瓊五氣衛腎龜玉參差寶華結絡胃藏朗閣神名玉臺年同二儀上皇大帝峙然不迷役使六甲以致八威參龍駕浮超然昇飛吐納神芝塵劫不表畢引氣五咽止

正向本命之上冥日叩齒十二通思中央黃帝總元三靈真人諱原華身長一寸二分頭戴黃晨玉冠衣黃錦飛縵手執黃精玉版乘黃霞飛與從中央黃帝玉女十二人從天玉房宮中下以黃雲冠履我身思三靈真人乘黃雲入我身中安鎮脾內使三呼總元三靈真人原華齋黃精玉芝補養我身使三味口三咽止仰呪曰

黃元中帝本命之神一氣侍脾使我得真五藏生華結絡紫宸變景綠容保命長延後物而傾千神來臣老君玄錄名書神仙長生久視與天同存畢引氣十二咽止  
運東向冥日叩齒三十六通思五氣玉清高皇上寶真人諱太虛身長三寸頭戴玉晨之冠衣五色元縵單衣左手捧日精右手執月

光鎮我上府泥丸宮中呼上寶真人太虛齋五氣流精陶灌我身使五味口五咽止仰呪曰

高上真皇五帝太靈保我泥丸玄映五形三光朗耀日月洞明飛雲流霞陶注玉精練客保魄神魂自生千變萬化昇入紫庭畢引氣五咽止  
五方命呪畢摩兩掌拭面日如此五年面發金容五內華生五藏保氣神仙道成三宮感暢真靈見形乘空駕虛白日昇天惟在密修慎勿輕傳

紫書存思元父玄母訣

紫書訣言修行上真之道當以三月九月十月二月三日十五日二十五日一年三月月有三日三過行之此月是九天元父受化之日是遊宴九天上宮值舍之時也每至其日沐浴清齋於隱寂之地不關人事正中時向東北之上仰天思九天元父姓名身長九寸九分著黃素靈之縵頭戴七稱珠玉之帽冠元極進賢之冠居九天之上太極瓊宮玉

寶之府丹靈鄉洞元里中時乘碧雲飛輿從十二飛龍二十四仙人白鶴侍輪遊於虛玄之上存思分明令如對顏便九拜於元父三過陰喚元父甲今有言乞與上昇奉侍帝靈輒叩齒九通仰祝曰

高上帝尊元始大神含真瓊氣形秀靈天乘雲駕浮落景八煙迴輪由降道塵我身得乘霄景奉侍靈輿今日八會上願開陳所向所啓莫不如言長享元吉與帝同存畢仰咽九氣止如此元父感悅帝尊欣喜即命領仙注子金名九年精思克遣瓊輿下迎子身白日飛昇上造帝庭此道高妙非下世凡學所可參聞自元金名玄圖錄字上清莫得知見若於機會遇得寶篇皆宿擬合仙但當實錄密而奉行輕說非真罪延七祖父母長闡地獄萬劫不原身沒鬼官萬不得仙

十九

紫書訣言凡修上真之道當以二月七月十月五日十六日二十九日一年三月月有三日此月是九天玄母合化始生之日是天元合慶變雌天德之日也至其日沐浴清齋

別室寂處不關人事夜半露出中庭西南向  
仰天思九天玄母姓名身長六寸六分著青  
寶神光錦繡羅九色之綾頭戴紫元玄黃  
寶冠居九氣元極之上瓊林七映之宮玉寶  
洞元之府九光輝上清里中時乘紫雲飛精  
羽蓋從十二鳳凰三十六玉女白鳳侍輪遊  
於太清之上无崖之中存思分明朗然對前  
便九拜於玄母三過陰喚玄母甲穢貧食真  
仰慕上清乞與躬接侍玉靈叩齒九通仰  
祝曰

三合五雜混化二元氣凝成神神變合魄胎  
養九天保固生門陰精玄絳陶懽形源練質  
染氣受化自然今日何日玄母開陳八願九  
會上獲天真景鸞參微得啓玉晨骨騰肉飛  
乘虛絡煙上造紫轅長輔帝臣畢仰咽氣九  
過止如此玄母舍暢帝妃禧權天真下降得  
見靈顏即命青宮注上玉名九年精思帝遣  
玉女乘雲下迎上昇玉清侍衛玄宮此道高  
妙非世所聞若有金名標侍帝簡得見此文  
皆宿擬合仙克得飛昇遊宴九天也慎勿輕

淺身汝三官七祖被考長閑河源

凡行此道當精心苦念目瞻靈顏仰希玄降  
以要飛仙不得汗穢上千太真身被禁閉萬  
不得仙若天陰无日亦可於靜室行事但使  
心目相應口嚮相和神无不感道无不降學  
无不成道降神附飛行太空也

紫書存思九天真女法

紫書訣言凡修上真之道常以九月九日七  
月七日三月三日此日是九天真女合慶玉  
宮遊宴膏庭敷陳納靈之日至其日五香沐

浴清齋隱處別室不交人事夜半露出燒香  
北向仰思九天真女諱字身長七寸七分著  
七色羅玄羅桂明光九色紫錦飛裙頭戴玄  
黃七稱進賢之冠居上上紫瓊宮玉景臺七  
映府金光輝无為里中時乘紫霞飛蓋絳鞞  
丹攀從上官玉女三十六人手把神芝五色  
華幡御飛鳳白鸞遊於九玄之上青天之崖  
思畢心拜真女四拜叩齒二十四通仰祝曰  
天真迴慶遊宴紫天敷陳納靈合運無間上  
御玉宮下賜兆臣八會開張九願罔繹思微

吾感上窺神具流精陶注玉華降身萬慶無  
量長種福田單仰引氣二十四咽止如此真  
女感悅神妃含權上列玉帝奉兆玉名記書  
東華參篇玉清也修之九年而發金容體映  
玉光神妃交接身對靈真克乘飛蓋遊宴景  
庭此法高妙世所不行若有金名書字素簡  
得見秘文骨挺應仙實而密修計日成仙輕  
泄非真罰以神兵長役幽泉七祖受累萬劫  
不原

雲笈七籤卷之四十四

雲笈七籤卷之四十五

攝五

秘要訣法卷其目要

序事第一

道者虛無之至真也術者變化之玄伎也道無形因術以濟人人有靈因修而會道人能學道則變化自然道之要者深簡而易知也術之秘者唯符與氣藥也符者三光之靈文天真之信也氣者陰陽之太和萬物之靈真也藥者五行之華英天地之精液也妙於一事則無不應矣

性情第二

夫生我者道稟我者神而壽夭去留不由於已何也以性動而為情情反於道故為化機所運不能自持也將超跡存亡之域棲心自得之鄉者道可以為師神可以為友何謂其然乎夫道與神無為而氣自化無慮而物自成入於品彙之中出於生死之表故君子熱嗜慈矜聰明無色聽無聲恬懷純粹粹體和神清希夷忘身乃合至真所謂返我之宗復

與道同與道同者造化不能移鬼神不能知而況於人手蓋傳受之者多不能叩師旨晚玄奧濫參經法不會修行之由不知避忌動靜進退取捨之端致於俯仰觸於正言雖然立功功不足以補過學仙之士須探幽曠玄制遏情性性常靜之情無撓之情性平和方可以學道矣

明正一錄第三

錄者戒錄情性止塞愆非制斷惡根發生道業從凡入聖自始及終先從戒錄然德登真夫事悉兩存則理無不通錄者亦云錄三天妙氣十方神仙靈官名號與奉道之人修行經云生無道位死為下鬼若高入俗士有希道之心未能捨榮祿初門不可頓受可受三五階若修奉有功然更遷受上古真人尋按經錄唯受一二階修行便登上真多受不會至理師又不明修行之由於身未能有益道在用心真而又正修行契合於道其應如神也正一錄流傳總二十四階今畧云一二階以明正一之由正一三五百五十將軍錄有

兩階每一階分為七十五將軍上階云上仙下階云上靈是人身中二儀正神也正一三五混沌元命真人錄正一法中王也正則不邪一則不二制伏邪偽悉歸正道混沌者我初生亦如天地混沌之初也元命者有身之

元命也知道修其元命可為真人也此元命之理稍長事難具載臨壇受度師合明示弟子令識元命之由矣萬法悉有內外及兩存外以天中指事者正一盟威處乎星漢斗宮之中若內以指事者以身中三丹田為三氣正神變化有千二百形影萬二千精光經云得三氣之所生能知六數之所因即陽氣化為龍車陰氣化為玉女騰轉無方輪舞空玄之上又氣之所在隨神所生焉神在則氣威神去則氣逸氣者則二十四神之正氣氣亦成神神亦成氣散之為雲霧合之為形影出為亂入為真上結三元下生萬物靜用為我身動用為我神故知道成動用悉在我身修鍊之人陰氣日消陽氣日隆既無陰氣自然上昇具天師曰九天之上無陰也九地之下

無陽也

避忌第四

正一蘇云弟子遇大風雨時皆不可朝真。請當默坐燒香為真靈不降候晴為之。受道之家或遭疾病唯思悔過不得怨咎神明。可晨夕虔心焚香禮念陳列章表乞願。過尤無不應也。道士行法為人治病所受信物分於寒衲之人。次充功德之用。若私用非道則治病不驗。罪考難解。殊疏子孫。凡人詣師受道入靖啟事。弟子皆應三叩頭持頰再拜。受訖三日謝恩。若師在遠處入靖室面向師所在方。至心再拜焚修香火。不得用竈中灰。火天師門下科命云。竈灰火為伏龍屎。故宜忌耳。經大喪一年。殮者喪四十日。殮限內不得入靖。朝真限滿沐浴。然可朝真。犯者考病十日。凡人入靖朝禮啟事。言詞章表欲得質而不繁約。而不華上真聖聰不在繁詞。凡欲入靖朝真。具衣褐執簡。當心定神存。思然後閉氣入靖。經云。閉口入靖。百神畏憚。功言使者龍虎。若各可見與語。謂能精心久行之。

登真戒忌云。未見無功受膏。而保安有罪。不罰而永全。兆心自然之感。猶影響之相應。

又曰。夫學道者。第一欲得廣行。除慳吝。而萬物救人。危難度人。苦厄輕財。重道施。忌希德。最為上善。遵戒避忌。第一戒貪。第二戒殺。第三戒慾。守此實學者之堅梯。登真之樞要。苟不依承。是求沒溺之漸矣。又云。蠱為十敗之首。可不慎乎。

穢穢忌第五

科曰。忌臨屍產婦。喪家齋。離食。搗沐飯。食便曲。不欲向北。及不得見三光。婦人月經不得造。齋食近道場。不得見諸畜產。喪車靈堂等。

竹葉十兩 桃白皮四兩

右以水二斗煎取一兩。沸適寒溫。先飲一盞。次澡浴。兼以水摩髮。穢自散也。

真語曰。既除穢穢。又辟濕痺瘡。且竹清素而內虛。桃即折邪。而辟穢。故用此二物。以消形中之滓濁。見屍及喪車。速存火。從已心中出。往燒之。今火赫然。與屍柩等。並為灰。燼便想。

解穢湯方第六

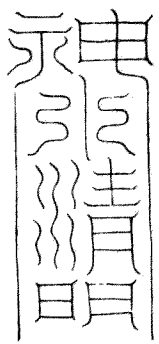
凡書符叩齒三通。三度稱合。明天帝日閉口。閉氣書之。置水椀中。以刀子左攪水。三甲想。北斗七星。在水中呪曰。

北斗七星之精。降臨此水中。百殮之鬼。速去。萬里如不去者。斬死。付四方白童子。急急如律令。呪訖。即含水噴。灑穢氣。都散。當噴之時。存正一真官。朱衣頭戴。錄中九鳳之冠。口中含水噴。灑穢亦自解。

沐浴洗面。常用此呪。三呵水。即呪曰。

四大開明。天地為常。玄水澡穢。辟除不祥。雙童守門。七靈安房。雲津鍊濯。萬氣混康。內外利貞。保滋黃裳。急急如律令。

烈風吹之。又閉目內視。令火自焚。舉體潔白。見穢氣自滅。忽於街衢道中。見諸穢。尤要此法也。



法也



且夕燒香第七

每日卯酉二時燒香三拾香三叩齒若不執簡即拱手繳退冥目祝香煙敬祝曰

玉華散景九辰合煙香雲客羅上衛九天侍香童童傳言玉女上闈帝前令其長生世為

神仙所向所啓感乞如言畢叩齒心禮四拜亦云真禮四拜

且夕衛靈神呪第八

每朝及臨卧之際焚香向王長跪叩齒三十三通誦衛靈神呪一遍其呪在別卷

朝真儀第九

每月一日

十五日

三元日正月十五日七月十五日十月十五日

庚申日

甲子日

本命日

三會日正月七日七月十月五日

八節日立春春分立夏夏至立秋秋分立冬冬至

右此日並須朝禮若其日過值戊辰戌戌戌

寅即不須朝真道家忌此日辰凡入靖朝禮預先一日不食五辛酥乳酪能常斷尤佳若未能常斷但修行日慎勿食之可以桃竹湯沐浴至其日五更以潔淨衣服執簡香爐至靖戶叩齒三通微祝曰

四明功曹通真使者傳言玉女侍靖玉女為我通達道室正神上元生炁入身中今日朝真願為通達皆使上闈訖便開門先進右足次進左足至香案前置爐案上執簡臨目叩齒三通存思玉女童在香案左右即上香

訖起執簡當心平立微僂身發爐呪曰

太上玄元五靈老君當召功曹使者左右龍虎使者捧香使者三氣正神急上闈啓三天玄元無上道君且今正爾入靖燒香朝真願得九天正真生炁降入身中令所啓速達遼御

太清紫微君玄元大道君凡前早拜長跪存思太上道君著九色雲霞之帔戴九德之冠左玄真人在左右玄真人在右龍虎君玉童玉女並在左右天師在西位四面功曹使

者青雲之氣滿堂所存並坐紫雲虛座如雲之昇卑退身拜拜又長跪叩齒二十四道啓

曰

正一盟威弟子某稽首歸身歸神歸命

太清玄元無上三天無極大道太上老君太

上丈人天帝君天帝丈人九老仙都君九氣

丈人百千萬重道炁千二百官君太清玉陛

下且某幸寶宿慶得奉道真竊不自揆願希長生榮壽將克已立功改過修德伏乞原赦且積生已來至于今日所犯元惡重罪咸賜滂除許且自新補復前咎令九祖父毋幽魂苦真皆披九幽上昇天衛令且修道允合至誠請削且死籍注上去錄闔門之內共保元吉生成之惠實在於此且某叩頭謹啓再拜又長跪曰且某蒙師資受道荷佩法籙雖未明真理志願神仙長生度世自頃已來輒軻痲疾注連沈滯即日上請虛素天精君一人赤衣兵士十萬人在天柱宮以制鬼魔禍逼却六天之氣令且某百病除愈仰荷大道生育之恩某稽首拜叩頭又長跪曰且某自頃

已來輒軻不寧夢想不真魂魄不守上請收  
神上明君一人官將一百二十人主為臣某  
治之令臣心安神定與道合同再拜又長跪  
曰臣身常有疾病四大昏沉有疾言之慮  
恐一旦沉沒泉壤上請天官陽秩君一人官  
將百二十人左右吏兵一百二十人為臣某治  
之開生門益壽命當請兩上君一人官將一  
百二十人在倉庫官為臣某延年長生不死  
仰荷大道生成之恩臣某誠惶誠恐稽首再  
拜又長跪曰臣身自居止此已來夢想不安  
及有凶強故氣之鬼不忌太上道法每來逼  
近身中若不早請天官將吏剷除日月深遠  
恐為災禍臣今謹上請召仙君一人官將一  
百二十人乞制滅凶危故氣之鬼使具氣降  
流室宇清淨妖邪却耳目聰明仰荷大道  
周極之恩臣某誠惶誠恐稽首再拜使於彼  
處地上伏地以簡叩頭持頰長起立復禮呪  
曰  
香官使者左右龍虎君捧香使者三氣正神  
當令朝真之所自然生金液丹碧芝英百寶

雲笈七籤 卷四十五

衆真交會在此香火案前令日修遣充舍至  
真闔門受福天下蒙恩仙童玉女侍衛香煙  
傳臣所奏徑至帝前再拜使出勿理顧入靖  
預約家人勿令器喧畢須寂然  
已上五等朝儀及魏夫人傳高嶽吳天師  
亦常用此儀也

入靖法第十

真誥云上清真人馮延壽訣曰凡人入靖燒  
香皆當對席心拜叩齒陰祝隨意所陳唯使  
精專必獲靈感正心平氣故使人陳啓通達  
上聞也燒香時勿反顧顧則忤真致邪外應  
又清虛真人曰每入靖當以水漱口洗穢氣  
出靖漱口以閉三官故氣出靖戶之時亦不  
得反顧顧則忤真克致不誠入靖戶不得與  
外人言語及不得腳踏門限勸禁至重

燒香法第十一

太上教曰夫燒香不得以口嚙香靈禁至重  
登真隱訣曰夫朝奏之時先烈火壘香使一  
舉便到了不宜綿綿翳翳

存思訣第十二

天師燒香儀曰入靖燒香常存左青龍右白  
虎前朱雀後玄武陸先生思神訣曰常存爐  
左金童右玉女侍衛香煙也李氏儀曰存香火  
中有五色煙也玄都入治律曰呈章朝真存  
五方氣及功曹使者吏兵左右分位森然如  
相臨對待左右前後天師墨教篇曰入靖燒  
香皆目想髮髻若見形儀不可以空靜寂然  
無音響趨拜而退也

叩齒訣第十三

九真高上寶書神明經曰叩齒之法左相叩  
名曰打天鐘右相叩名曰撻天磬中央上下  
相叩名曰鳴天鼓若幸過凶惡不祥當打天  
鐘三十六遍若經凶惡辟邪威神大呪當撻  
天磬三十六遍若存思念道致真招靈當鳴  
天鼓當以正中四齒相叩閉口緩頰使聲虛  
而深響也

臨目訣第十四

臨目目欲閉而不閉欲開而不閉令此顯相  
關存注審諦令人入靖及呈章可依此法

稽首訣第十五

登真隱訣曰稽首者先一拜額至地乃再拜按先一拜而世相承不見至於再拜猶不肯全何況能先別一拜以行稽首念或因坐仍額至地稽首首至地如因坐地非稽首也

再拜訣第十六

夫再拜者兩拜是也別起更坐勿因拜便坐也拜坐止一拜全非再拜也

誠惶誠恐訣第十七

夫誠惶誠恐者即擗胸低身戴地兩過捧簡長跪當心少時復下戴地又兩過止若言頓首者便以頭頓也陶隱居曰道雖心存亦須形恭口宣詞列進退足踏並使應機赴會動靜得宜內以冲神外以協禮

已上出登真隱訣

明二人同奉第十八

太玄都云高人俗士居家或有妻室志有希道之心心遊道德之鄉者宜夫妻同修若不同修皆相賊害以一人不知故見一人修行心有相阻遂成相賊可同奉朝修入靖之日男官立左女官立右一人啓奏二人虔心同

時再拜女人至朝真日身有穢亦宜止之但有同奉心即可合於玄感耳

本命日第十九

夫本命日可轉度人經一兩過即魂神澄正萬氣長存不經苦惱身有光明三界侍衛五

帝司逆功滿德就名書上清本命日早朝焚香向本命位叩齒三通心存再拜而微祝曰太一鎮生三氣合真室胎上景母玄父元生我五藏攝我精神下灌玉液上朝泥丸夕練七魄朝和三魂右命玉華左嘯金晨令我神仙役靈使神當保利貞飛行十天軍叩齒三通咽液三過心禮四拜此名太上祝生隱朝胎元之道常能行之令人魂魄保守長生神仙此法不用入靖室可坐所但少靜無人即為之出真訣第三

入室對席第二十

凡人入室焚香皆當對席心禮叩齒陰祝適意所陳唯使專精必獲靈感

制三尸日第二十一

凡甲寅庚申之日是三尸鬼競亂精神之日

也不可與夫妻同室寢食可慎之甲寅日可割指甲甲午日可割脚甲此日三尸遊處故以割除以制尸魄也

常存識已形第二十二

凡人常存識已之形極使髮髻對我前存我回上常有日月洞照一形使日在左月在右去面九寸日紫色光芒赤光九芒也月黃色光芒白光十芒也存了叩齒三通微祝曰元胎上真雙景二玄右抱七魄左拘三魂令我神明與形常存單叩齒三通咽液七過名

為帝君錄形拘魂制魄之道黃庭經云攝魂還魄永無傾也

真誥曰夫得道者常恨不早開道失道者常恨不早精勤何謂精耶專篤其事何謂勤耶恭繕其業既加之以檢慎守之以取感者則去真近矣爾其營之勿怠也

真誥曰性躁暴者一身之賊病心閑逸者求道之堅梯也遂之者真去改之者道來每事觸類當柔遲而盡精潔之理如此幾乎道近也

紫陽真人言沐浴不數魄之性也違魄反是鍊真濁穢尸魄自去也

寢卧時祝第二十三

凡人卧牀常令高則地氣不及鬼吹不干鬼氣侵人常因地氣而逆上耳人卧室宇當令潔感潔感感則受靈氣不感則受故氣故氣之亂人室宇者所為不成所依不立一身亦爾當數沐浴潔淨

真誥云世人不知鄴都六天官名者則百鬼不敢害欲卧時常先向北祝之三遍徹其音也祝曰

吾是太上弟子下統六天六天之官是吾所部不但所部乃太上之所主吾知六天門名是故長生敢有犯者太上斬汝形第一官名紂絕陰天官以次東行

第二官名泰殺諒事宋天官

第三官名明辰耐犯武城天官

第四官名恬照罪炁天官

第五官名宗靈七非天官

第六官名敎司遠究曇天官

畢叩齒六下仍卧辟諸鬼邪之氣如此凡三過也此法亦出鄴都記

北帝祝法北帝神祝之法若非制鬼神常持者可微微而誦自然除穢惡滅三尸消故氣鬼魅邪精求不敢近久持之北帝每差天丁侍衛若制伏用事乃可高聲誦持法面北叩齒三十六通存五神誦持四言一叩齒祝曰

天蓬天蓬九元殺重五丁都司高刀北公七政八靈太上浩凶長願巨獸手把帝鍾素裝

二神嚴駕靈龍威劔神王斬邪滅蹤紫氣兼天丹霞赫衝吞魔食鬼橫身飲風蒼舌綠齒四日老翁天丁力士威南禦光天驕激炭威北銜鋒三十萬兵衛我九重辟尸千里去却

不祥敢有小鬼欲來見狀鑿天大斧斬鬼五形炎帝烈血北斗然骨四明破骸天賦滅類

神刀一下萬鬼自潰急急如太上帝君律令畢皆四言一叩齒以為節也若冥夜白日得祝為常祝也鬼有三被此祝者眼睛盲爛而身滅矣此上神祝皆斬鬼之

司名北帝秘其道若世人得此法常能行之乃不死之道也男女大小皆得行之此所謂北帝神祝殺鬼之法鬼常畏聞因病行之立愈叩齒當隨目存見五藏五藏具五神自然在身鄴都中秘此祝法令密耳不可泄非其人也此祝出上清部登真隱訣真誥中並有正一部中及法事要訣皆有其文道教靈驗記亦錄上古及近世修持有効者甚多略而言之

服日月光若第二十四

服日月光若大方諸宮青童君常治處其上人皆天仙高真太極公卿司命在所也有服日月光芒法雖以得道為真猶故服之凡存心中自有日象大如錢在中心赤色有光芒從心中上出噴至齒間即不出却迴還胃中如此良久臨目存見心中胃中分明乃吐氣訖

存月十芒白色從腦中下入喉芒亦至齒而  
嚙入胃一云常存月一日至十五日已前服  
十五日已後不服月滅光芒損天炁故言止  
也又此方諸真人法出大智慧經中篇常能  
用之係見太平南極夫人所告行此日在心

月在泥丸之道謂省易得旨須勤行無令廢  
絕也除身中三尸百疾千惡乃鍊魂制魄之  
道也日月常照形即鬼無藏形青童君云改  
常行之吾即其人也今告子子既可密示有  
心者耳行此道亦不妨行寶書所以服日月  
法兼行有益也仙人一日一夕行千事不覺  
勞倦勤道之至生不可失 出真誥第三

右出西城王君告

益先生訣第二十五

山世遠受益先生法暮卧先讀黃庭內景經  
一過乃眠使人魂魄自然制鍊常行此法二  
十八年亦仙矣是合萬過夕得三四過乃佳  
北嶽蔣夫人云讀此經年限未滿亦且使人  
無病是不死之道也

已上出真誥第三

惡夢吉夢祝第二十六

太素真人教始學者辟惡夢法若數遇惡夢  
者一曰魄妖二曰心試三曰尸賊此乃厭消  
之方也若夢覺以左手捻人中二七過叩齒  
二七通微祝曰

大洞真玄長練三魂第一魂速守七魄第二  
魂速守泥丸第三魂受心節度速啓太素三

元君向遇不祥之夢是七魄遊尸來恊邪源  
急召桃康護命上告帝君五老九真各守體

門黃闕神師紫戶將軍把鉞握鈴消滅惡精  
返凶成吉生死無緣畢若又卧必獲吉應而

造為惡夢之氣則受閉於三關之下也三年  
之後唯神感應乃有夢者皆有將來之明審

也無復惡夢不祥之想若夜有善夢吉應如  
夢而心中自以為佳則吉感也卧覺當摩目

二七過而祝曰  
太上高精三帝丹靈絳宮明徹吉感告情三

元柔魄天皇受經所向諧合飛仙上請常與  
玉真俱會紫庭

已上出太丹隱書

山源者是鼻下人中之左側在鼻下尖谷中  
也暮常嚙液三九過息以左手第二第三指  
按三九下常為之令人致靈徹視杜過萬邪  
之道也且亦宜為之按了審呪曰  
開通天庭使我長生徹視萬里魂魄返嬰滅  
鬼却魔來致千靈上昇太上與日合并得補  
真人列象玄名

明耳目訣第二十七

真語曰求道要先今日明耳聰為事主也且  
耳目是尋真之梯級綜靈之門戶得失繫之

而立存亡須之而辨也今抄經相示可施用  
之道日常以手按兩眉後小穴中三九過又

以手心及指摩兩目額上以手旋耳行三十  
過唯令數無時節也畢輒以手逆乘額三九

過從眉中始乃以入髮際中仍須嚙液多少  
無數如此常行耳目清明二年可夜書眉後

小穴為上元六合之府化生眼暉和瑩精光  
長映徹腫保錄目神是真人坐起之上道也

青年道士存日月訣第二十八

青年道士口訣暮卧存日在額上月在膺下

上辟千鬼萬邪致玉童玉女來降萬禍伏走甚松驗此即封君達也沈羲曰服神藥勿向北方大忌亥子日不得唾損精失氣減折年命也

樂已口訣第二十九

樂已口訣行經山野及諸靈廟惡神之門存口中有真人字赤靈丈人侍以玉女二人一女名華正一女名攝精丈人著赤羅袍玉女二人上下黃衣所存卑乃叱咤曰

廟中鬼神遠來使百邪詣赤靈丈人受斬死衆邪却走千里此是三天前驅使者赤靈丈人捕鬼之法也

服食忌第三十

女仙程偉妻曰服食靈藥勿食血物使三尸不得去乾肉可耳鳳綱訣曰道士有疾內視心使生火以燒身及疾處存之要精如彷彿疾即愈凡痛處加其火必驗也

雲笈七籤卷之四十五

雲笈七籤卷之四十六

攝六

秘要訣法 修真日要

黃素內法第一

凡精誠密向純味玄真清齋若志感慕神仙忽自遇此三品之經而不師受者其人皆玄會宿感列籍帝鄉真人密授應得此經其人異授以標世功依太上黃素四四方聽得隱盟玄誓神科也當以甲子之日清齋入室夜半生氣之時眠坐任意臨目髮鬚叩齒二十四通心拜四方畢而微祝曰  
太上九靈三素元精仙都大神四極三清普奉法化過會上經玄師冥捷靡覓真形乞山隱盟誓以神明玉童侍衛玉華扶生八願九合妙慈通靈願神顧仙飛行上清祝畢又叩齒二十四通無液十過心拜經前因此而寢亦可起坐誦經必有吉感常能行之三年之中得為經師成其真人大夫之任矣此是黃素內法不煩復經管師及歎血之盟也真人雖已受經亦常行之

八朝三元內禮隱法第二

凡為道士受三真品經雖一洞玄隱玄明章者當勤慕上契感會神明精心齋淨專道固生孜孜不替味景玄清若此人者必獲上仙依太上黃素四四方得行八朝三元內禮隱法當以甲寅丙寅戊申庚申丁巳己巳癸亥乙亥之日早旦入室燒香左右臨目髮鬚叩齒二十四通心拜四方微祝曰  
太上太靈三素元精謹以吉日內朝真經神童玉女散香虛庭使我神仙天地相傾祝畢疾閉兩目使內外冥合不相關見又叩齒三七通無液三過閉目都畢也此名為八朝三元內禮隱法常能行之令人通靈徹視精應三元真會妙感陟降太玄侍經玉女奏子求生神仙不死天地相傾諸未受經者行之三年得為經師靈瑞吉祥

內除罪籍第三

凡修受大洞真經雖一奇文者皆當別寢一室不交人物常置經於枕格潔淨之處旦夕燒香禮拜陳願人間內除罪籍常以月三日

七日二十一日侍經玉女乃奏人罪過於三元與太一帝君共詳子之云為是其日也當入室燒香叩齒三七通冥目微祝曰

太上神方大洞真經昔以有幸遭遇神明降蔭七圖受會三清若有陰罪帝君散靈二象

開明上帝合形令我飛仙神真長生祝畢又叩齒二七通心拜四方開目都畢當當行之者則二元密感帝君赦過諸有奏子之罪者皆不見用也

三元隱謝解穢內法第四

凡道士存思上法及修學太一之事皆禁見死尸血穢之物若兆見之者得聽三元隱謝解穢內法當以朱砂一銖散內水中因以洗目漱口并洗手足畢入室正寢交手上叩齒二七通心拜四方乃微祝曰

三元上道太一護形司命公子五神黃寧血尸散滅凶穢沈零七液灌注五藏華生令我神仙長享利貞祝畢因疾閉兩目并氣自持使內外冥舍不相聞見良久覺身中小熱為候竟又叩齒七下嚙液三過都畢誦此三元

隱謝解穢之內法也

大帝閉結經法第五

凡道士修受上法欲有所看者誦讀經文發篋之時皆當燒香左右心拜經前叩齒三通乃微祝曰

玉帝上法上聞三清吉日齋戒敢開神經萬試隱伏所向皆成玉童侍衛玉華散馨上告三元與我長生祝畢開經然後乃得誦讀之此名為大帝開經之法令玉女玉童侍守燒香啓降神靈上聞九天

祝太一帝君法第六

凡道士受學洞經修行太一之事不得宣泄太一帝君之名字以語於不同志之人泄則犯太玄陰考兆三犯之者則五神廢宅不得復為仙矣過三以往死為下鬼已無仙冀

凡道士受經以後常晨夕存祝太一帝君之名字先叩齒三通微祝曰

凌梵履昌七靈丈人太一務猷五神黃寧上昇九天與帝共并乞願飛仙七祖胎嬰解愆釋罪上登玉清畢又嚙齒七通嚙液三過此

為存神釋罪請帝求仙也行之七年則神明感會帝君喜歡玄母往生五神常存七祖羅釋受胎南仙長生不死白日昇展

慎忌法第七

凡修太一之事及行上法存神之道慎不可見尸及血穢之物見一死尸則一年不得行事又却傾一年之功然此帝一之科常却罰於既往又進塞於將來若一年三見尸者則罰功斷事各三年也若遇見二十四尸者皆不得復修太一求仙也

帝君捕神祝第八

凡道士獨宿山林而多為山精惡鬼所犯試者當叩齒二七通開氣祝曰

吾昨被帝君攝領真元令我封掌此五嶽摧割鄴山山精萬靈受事俱會帝前七神所引三元司真若有小妖即時棄殘山精澤尉速來奉迎神師口命上聞三清一如大洞之法不得稽停呪畢又叩齒三七通此為帝君捕神祝伐山精百鬼法諸山神地祇房祠正氣之神聞此之呪皆來執鞭奉迎神兵侍衛

若與萬人同宿矣

過邪大祝第九

大洞真經高上內章過邪大祝上法曰每當經危險之路鬼廟之間意有疑難之處心有微忌者乃當返舌內向喉嚨液三過畢以左手第二第三指捻兩鼻孔下人中之本鼻中鼻孔之內際也三十六過即手急按勿舉指計數也鼻中隔之際名曰山源一名鬼井一名神池一名邪根一名魂臺也捨畢因叩齒七通畢又進手心以掩鼻於是臨目乃呪曰朱鳥凌天神威內張山源四鎮鬼井逃亡神池吐氣邪根伏藏魂臺四明瓊房玲琅玉真魏莪坐鎮明堂手揮紫霞頭達晨光執詠洞經三十九章中有群邪龍虎截嶽斬崗猛將奔牛嘶刀吞槍搗山獲天神雀毒龍六頭吐火噴鬼之王電緒雷父掣星流橫暴喙駭灼逆風橫行天禽羅陣皆在我傍吐火萬丈以除不祥群精啓道封落山卿千神百靈併首叩願澤肘揀罐為我燒香所在所經萬神奉迎畢又叩齒三通乃開目徐去左手按山源

則鬼井閉門手薄神他則邪根散發手臨魂臺則真神守闕於是感激靈根天獸來衛千精震伏莫于我真此自然之理忽爾而然也鼻下山源是我一身之靈津真邪之通府背真者所以生邪氣為真者所以過萬邪在我運攝之爾故吉凶兆焉

三天正法祝魔神第十

凡道士隱跡山林精思感靈或讀洞經發誓之時多為北帝大魔來試敗兆每至昏夜當叩齒三十六通畢乃呪曰

北帝大魔王受事帝君前來曲之鬼四明鄭山千妖混形九首同身神虎放毒鹹滅雷霆神公吐呪所戮無親太微有命攝錄山川鳴鈴交擲流煥九天風火狂伐神鋒十陳兜試伏滅萬精喪殘妖毒敢起受閉三關請依洞法莫不如言呪畢又叩齒三十六通此名為三天正法呪魔神方常能行之則神兵侍衛山川攝精千妖受閉萬試不干  
思三台厭惡法第十一  
上台虛箱中台六傳又作六傳下台由生

右三台內諱知者衆惡悉除諸善備至

凡於靜房端坐思三台覆頭次思兩腎氣從胷中出與三台相連久久思畢二七咏齒二鼻徽微內氣閉口滿便嚙之嚙畢乃呪曰節節榮榮願乞長生太玄三台常覆我形出入行來萬神攝管步之五年仙骨自成步之七年令業皆精步之十年上昇天庭急急如律

令

步台日

正月三日

二月二日

五月五日

九月九日

十月二十六日法在本經

帝一燒香祝第十二

凡修行洞法及太一帝一之事者常至黃昏時入室燒香心拜經前因叩齒二七通乃微呪曰  
太一帝尊帝一玄經五雲散景鬱徹三清玉童玉女燒香侍靈上願開陳與我合形使我神仙長才利貞呪畢又叩齒二七通此名為帝一燒香開陳上願與靈合形之道也常能爾者則玉華侍衛神靈輔真警散香雲上徹



九天將來三年則王童王女都見於子矣

魂胎受磨祝第十三

凡道士入室齋戒之時臨食當以左手持筋珠科三過乃微呪曰

二玄上道四極清冷太一帝君百神黃寧受

禮三宮灌洗脾靈上舉太和養味五聲魂胎

之命七液流停百關通和五藏華明雙星合

景飛行上清食畢又嚼齒三通此名為魂胎

受磨百神餐禮之道常能行之令人神明氣

和魂魄安寧群惡除試常得利津

理髮祝第十四

凡道士理髮及沐頭將散髮之時先嚼齒七

通乃微呪曰

太帝散華玄歸大神今日吉日理髮沐塵辟

惡除病長生神仙呪畢乃舉髮克叩齒一通

都畢此名為太帝散華理髮內法令人終年

不病耳目聰明頭腦不痛理髮常向本命既

櫛髮之始而陰呪曰

太帝散靈玉老返神沈九玄華保精長存左

拘隱月右引日根六合清錄百神受恩畢行

之使人頭腦不痛太極綠華經曰理髮欲向土地既櫛之始而微呪曰

況九玄華保精長存左為隱月右為日根六

合清錄百神受恩畢嚼齒三通能行之使髮

不落而日生當數易櫛之取多而不使痛

亦可令侍者櫛取多也於是血脈不滯髮根

常堅

大帝隱祝第十五

凡道士入室燒香有所修願皆先嚼齒三通

乃微呪曰

玉華散景九炁含煙香雲空羅徑衝九天侍

香玉女上闈帝前令我長生世為神仙所向

所願莫不如言祝畢心拜精念亦適意所陳

矣此名大帝隱祝散香九天降靈寢室願會

神仙也

厭惡夢呪第十六

若人夢寐不具魄協百氣以投其心欲伺我

神之閒伏也每遇惡夢但北向啓

太上大道者具言其狀不過四五則自消絕

也青童若口訣曰夜遇惡夢非好覺當即返

枕而呪曰

太靈王女侍具衛魂六宮金重來守生門化

惡惡善上書三元使我長生乘景駕雲畢嚼

液七過叩齒七通而更卧如此四五亦自都

絕也此呪亦返惡夢而更吉祥也

揮神內呪第十七

凡道士行來獨宿山林廟座之間或有魔精

惡見之地當先嚼齒三十六通閉氣微呪曰

太帝賜元四羅幽闈千妖萬毒敢當吾前巨

獸重吻刺腹屠肝神公使者守衛營營黃衣

帥兵斬伐妖魂滅滅千魔摧落凶毒絕種滅

類取令衆殘玉帝上命清蕩三凡呪畢又叩

齒三十六通此名為太帝揮神內呪奏滅萬

魔之法常能誦之則神兵見衛萬鬼受事千

妖死伏

太帝寢神賊鬼除凶呪第十八

凡道士睡眠解衣之時先嚼齒三通立而呪

曰

受命太帝上昇九宮百神安位列侍神公魂

魄和鍊玉藏華豐百醮玄注七液虛充火鈴

交與滅鬼除凶上願神仙常生無窮咒畢又叩齒三通脫衣而卧此名為大帝殺神滅鬼除凶之法令人精明不病魂魄常存數有吉感

又滅鬼除惡咒第十九

本命之日及有心震之地閉關精思叩齒三通安氣呼吸正身北向而心存微祝曰

羅勒那朝方奈闕鍊班目物隊憚漢巨蛇赫察白鼠丹利大魔真履廣敷虛靈峙霄總攬吉凶發洞暢曲憐嗎眾品領括繁條百方千

塗莫不豁寥天地齊度孰云能彫

條織除兇七房祝法第二十

凡道士沐身及洗手之時先臨水啄齒三通乃微祝曰

四大開朗天地為常玄水條織辟除不祥雙皇守門七靈安房雲津鍊濯萬氣氤縕內外利真係茲黃靈咒畢又叩齒三通乃洗沐手面此名為條織除凶七房咒法常能行之者使人神明血淨解諸凶炁

除六天隱咒第二十一

凡道士夜行之時及有所畏發震之地叩齒二七通乃祝曰

吾是小有真王三天師君曾受太上神方殺邪之文夜行遊尸七惡妖魂九鬼共賊千魔成群赫相國兵巨獸羅千揮割萬妖當我者

殘龍降七燭逐邪無間玉帝神呪揮劍東西滅凶除邪萬鬼即懸三天正法皆如我言咒畢又叩齒二七通此名為三天正法除六天

之隱咒也鬼有被此咒者皆目盲脚殘自然死滅矣凡行來有恐之處但按如此不必須

夜行事也常能誦之則萬魔伏試十妖滅形

太帝制魂伐尸神呪第二十二

凡道士祝織三尸之法常以月晦朔之日及甲寅庚寅庚申之日兆身中七魄遊尸補血尸之鬼上天白人罪過自還中傷於身或遊

走他鄉召呼外鬼憐進為妖賊是以惡夢交於寢魂痾骨經於神室人所以惡夢疾病者皆七魄遊尸之所為也至其日常當沐浴淨服燒香入室精思懇懇不管他事以夜半生炁時或黃昏時正寢東首接手上先叩齒

三七通乃微祝曰

七靈八神八願四陳上告靈命中皇變真錄魂鍊魄塞滅邪精血鬼遊尸穢滯長浪利我生關閉我死門若有真命聽對帝前使我長生劫齡常存太帝之法敢告三元畢又叩齒

三七通嘯號十過都畢此名為太帝制魂伐尸神呪之法也血尸七惡被此咒者皆得滅

於死尸之下魂明魄柔受化於三官之中群惡除病令人神明不死常能誦之則終身不被魔昧凡存念上道呪除三尸之時常當採

取白芷草根及香水香合以東流水煮取其汁以沐浴於身辟諸血尸惡氣亦常可和香

燒之以致神明若無青木香香亦可單用白芷九庚申甲寅之日是血鬼遊尸且合之日也天炁交合七魄競亂法織混真邪津流痰

明法動精七神馳散每至其日當清齋別處不雜他席慎不可與夫妻相見及同牀而寢又不可爭競財色所行非道之方也每當燒香感炁修行之時消呪之法亦可誦經混神若思洞房帝一之事唯使精真以為意也

太帝辟夢神呪第二十三

凡道士忽得不祥之夢或夢與人鬪爭或相  
收錄者此亦七魄遊尸所為也或導將外鬼  
來入本宅或三魂散窮五神戰勃或被束縛  
不得來還故使惡夢非祥將有禍敗之漸也  
卧覺之時即正寢上向接手心上叩齒三七  
通單微呪曰

九天上帝四門八靈七房二玄三素元精太  
一桃康上詣三清速告帝君攝命黃靈速召  
七魄校實神庭若有不祥七尸鬼兵從呼雙  
真流燭鍊形太極大神斬伐邪精三魂和柔  
血尸沈零神歸絕宅觸向利貞使我神身長  
保劫齡呪畢又嗽齒二七通嚙液十過此名  
為太帝神呪辟夢除凶之法能行之者則三  
魂和鍊七魄受制神明氣正尸穢散滅而向  
所呪之鬼即已受考於地獄矣經三呪之後  
自非靈感吉應不復夢於非常也

三元八節朝隱祝第二十四

凡道士禮願神明精思上法行諸隱呪之時  
皆當燒香心拜密呪而已勿使得耳聞之也

若欲呪伐六天滅諸凶鬼者乃可小發聲耳  
亦不得絕大高響使傍人聞解之也若讀誦  
之時乃任意耳凡八節之日皆三天仙靈朝  
宴禮會之日也此修行禮願朝禮之時皆當  
齋用此日至於朔望朝禮非上法也凡是其  
日欲行禮願陳祝之時當先叩齒七通心拜  
四方乃微呪曰

上清玉帝三素元君太上高靈仙都大神今  
日吉日八顧開陳上願飛霄長生神仙中願  
天地合景風雲下願五藏與我長存次願七  
祖釋罪脫愆又願帝君斫伐胞根六願世世  
智慧開全七願滅鬼賊斬六天八願降靈徹  
聽東西上願一合莫不如言願神願仙上朝  
三元祝畢又拜如初亦適意所陳求解脫七  
祖之愆及首己之罪狀一續於行事之後也  
此名為三元八節朝隱祝上願神仙之要法  
也行之三年七祖父母及己之罪都解釋矣  
然後玉華降衛感會神明八顧開陳必獲靈  
仙之要契

雜法第二十五

凡行來畏恐常鳴天鐘於左齒三十六通先  
閉氣左嚙之叱叱五通常行之辟精邪惡物  
不祥之氣常夜寢臨欲眠時以手撫心叩齒  
三通閉目微呪曰

太靈九宮太一守房百神參位魄魄和同長  
生不死塞滅邪凶呪畢而寢此名為九宮隱  
呪寢魂之法常能行之使人魂魄安寧常保  
吉祥

凡傳授上法之時有經之師當先求感應然  
後傳之乃入室燒香密願神明即心拜經前  
微呪曰

太上元君仙都大神今日吉日八顧開陳欲  
傳其上法敢告靈元未知可否須應乃宣祝  
畢便寢必獲靈應子自知其善否之心審可  
授之方也

凡經師授經之法先心拜四方以感神明為  
宗師之主餘乃執經起立仰天而祝告誓神  
靈以為玄科之約當說受經者之姓名并啓  
天神陳受經之品目為之科條名策告誓合  
嚴文傳諱而陳之祝畢弟子再拜跪受畢又

再拜此真人告神之盟內法不必盡存割血為敢漏之約也

凡經師傅授之時皆當依如上法清齋別處不交人事先啟告神明求請密感即乃傳之若真應橫錯所感非祥者此皆天靈顯報不

使得也若弟子不順神明違而傳之依黃素之科受子冥考七祖魂魄長閉地獄身亦將亡仙安所冀

凡存修太一之事欲有所禮願不可叩頭叩頭者則傾九天動千真神官迴覆泥丸倒懸

天帝號於上府太一泣於中田數如此者則存念無益三真兼官七神漂散玄宅納凶是為太上五神之至忌也故古之真人但心存叩頭運精感而行事不因頌願以祈靈也

凡修行太一之事真人道士不得有所禮拜亦帝君五神之所忌也若有所精思行禮願之時但心拜而已不形屈也自不修受上法者不得同於外學之夫矣

凡道士登齋入室忽有靈感妙應當有吉祥之夢皆道之欲成兆當勤修苦志感慕上會

如是不替則真靈玉女將應子之寢矣卧覺之時當正身上向叩齒三七通閉目微呪曰

上一赤子丹皇運珠太一帝尊凝天伯无七靈上感五神歸遊靈童玉女竊落雙符七星同昇上登晨丘呪畢又叩齒三七通嚙液三

過閉目都畢此名為太一留神感會仙賢之呪也如此者三年則九天諸神及太玄玉女將降衛於兆身

凡道士入室齋戒有存修而數有不祥之物及奇怪血光諸鬼精惡氣來恐試人者兆當行此帝呪鬼殺邪神方先叩齒三十六道乃呪之曰

二象迴傾玄一之莖七靈護命上詣三清雙皇驅除赫相羅兵三十萬人侍衛神營巨獸百丈吐威攝精揮劍逐邪賊落魔靈神伯所

呪千妖滅形呪畢又叩齒三十六通此名為北帝呪鬼殺邪神方諸神靈正氣聞此之呪皆來奉衛於子而向不祥之氣得即死滅矣

雲笈七籤卷之四十六

雲笈七籤卷之四十七

秘要訣法

安魂魄呪

此中組

紂絕標帝晨諒事權重阿交如膏中煙教若景耀華武城帶神鋒恬照吞阿闍闍臨丹井雲門鬱差我七非通奇蓋違究亦敷麗六天橫北道此是鬼神家急急如律令

著衣呪

旦起叩齒著衣呪曰

左青童玄靈右青童玉英冠帶我身輔祐我形百邪奔散鬼賊摧精敢有犯我天地滅形急急如律令

攝髮呪

凡欲攝髮先叩齒三通呪曰

上清朱雀不得動作勿離吾身勿受邪惡六丁七星邪魔分形敢有當我北帝不停急急如律令畢閉目存想髮神蒼華字太元如嬰兒之形在己髮上然後解攝之當令三五百遍為佳然經中唯須一千五百遍畢成髻兩

手握固於膝上閉目微呪曰

泥丸玄華保精長存左為隱月右為日根六合清練百神受恩急急如律令

三洞奉道科曰凡梳頭先洗手面然後梳之皆不得使人見增壽八百二十

又凡梳頭髮及爪皆埋之勿投水火正爾拋擲一則敬父母之遺體二則有鳥曰鷓鴣夜

入人家取其爪髮則傷魂若能勤行增算六百二十說即入靖或殿堂朝禮便於寢臥之處焚香左右叩齒二十四通存思如圖下床

躡履之際三稱大吉得所願微言言不可使人聞却當存羊星在頭上斗合於頂指於前闕和其心使虛靜恬然心動必思立功濟物也

將卧之際焚香東西長跪叩齒三十六通誦

衛靈神呪曰

東方九氣青天明星大神煥照東方洞映九門轉燭揚光掃穢除氛開明童子備衛我軒收魔束坎上對帝君奉茅正道赤書王文九天符命攝龍驛傳普天安鎮我得飛仙

南方丹天三氣流光燦星轉燭洞照太陽上有赤精開明靈童總御火兵備守三官斬邪東坎剪截魔王北帝所承風火八衝流鈴交煥靡有不從正道流行我專上功保天長存德劫元終

西方七炁之天太白流精光耀金門洞朗太冥中有素皇號曰帝靈保神安鎮衛我身形斷絕邪源王道正明官殿整肅三景齊升道合自然飛昇紫庭靈寶符合善惡萬生功加一切天地咸寧

北方玄天五氣徘徊辰星燦爛光耀木微黑靈尊神飛玄明衣備衛五門檢精捕非敢有干試豁落斬摧玉符所告神具八威邪門閉塞正道明闕映照我身三光同輝策空駕浮舉形仙飛

中央黃中理氣總統言具鎮星吐輝流煥九天閣光童子一十二人元氣陽精焰上朱煙洞照天下及得我身百邪摧落殺鬼萬千中山神呪普天使然五靈安鎮身飛上仙此呪攝五方五星真氣入人五藏中每經恐

畏之處及欲卧時面向東正立拱手叩齒三十六通誦之一徧欲卧時又存斗星依前橫在頭

洗手面神呪

凡道士浴身及洗手面時先臨水叩齒三通呪曰

四大開朗天地為常玄水澡穢辟除不祥雙皇守門七具衛房靈澤灌練萬氣混康內外利貞保壽黃裳草又叩齒三通乃洗手面浴身此名澡穢除凶七房呪法常能行之目明血淨辟諸凶氣

耳鳴呪

道士聞耳鳴祝出大有妙經中卷九聞耳鳴者錯手掩耳祝曰

赤子在官九真在房蕭聽神命示察不祥太一流光以滅萬凶以手指捨耳門一七過畢當覺面熱即佳候也若覺頭顛開索索者惡氣入也當急卧時目存玄丹官太一真人以流火之錢煥而禱之令惡氣即出身分光亦隨之在後炯炯然以照己身良久平復矣

審耳鳴吉凶法

凡耳中忽聞灘水雷雷鼓鳴聲者是身中勞損心藏極不能味真注生而淫放喪亂使六府失攝魂喪魄號蓋將結疾致死亡之兆矣是以泥丸流縱九官失常悲憂錯亂鳴鼓亂行將欲寫其居館以棄一身也聞之者當精念不怠還專其心若罪未深者自聽改也所以耳鳴者神亡之故也耳中忽聞金聲玉音者真氣入道欲成也忽聞絃歌之聲者六丁五女來衛子道也當隱靜專修所行動至之心愈彌強也真人因是遂有形見之漸也自非爾師且勿言於他人也耳中聞蕭角之音吉貴象至也聞號呼之聲者凶敗之象也聞惡氣者必有殮穢之事急更沐浴燒香掃除寢室此是帝君戒勸於人也若聞血氣者及无故見聚血者兵凶也急通人間急守三元帝君求救自藏齋三月禍方止也此皆是帝君先告人吉凶以令懼畏戒其禍耳夫見凶惡當行陰德營施惠救為人所不能為免乎必死之兆也子勗之勿犯守常而已

修道得真天差玉女來護也於人有記即道者鼻頭以玉為記也其鼻上如黍米一顆白如玉也

未食呪

凡道士臨於盛饌皆正心存一目想一先飲食然後兆乃食食之畢心微呪曰

百穀入胃與神合氣填補血液尸邪亡墜飛登金闕長生天地役使六丁靈童奉衛真氣來前邪氣遠退

道士三時食飯呪出北帝經

瓊漿玉液北帝降來王母親示玉童捧盃五藏受正真之氣雙眸朗耀一顧百神變作塵埃敢有當我太上滅推急急如律令

齋見不祥之物解法出四四方經

道士齋入室有不祥之物者常行北帝呪南向叩齒三十六下呪曰

二象迴傾玄一之精七靈護命上詣三清雙皇驅除赫奕羅兵三十萬人侍衛神營巨獸百萬威攝千精揮劍逐邪誠落魔靈神伯所呪千秋滅形畢又叩齒三十六通

行道見死屍法出精要經

紫書訣云凡上學之士遊行忽見死屍穢物氣千身者兆當行二十四步止北向叩齒九通男屍思玉童三人女屍思玉女七人來請兆身玉谷之中皇芝素水以灌死屍之上斯須存死人屍化成生人便陰呪曰

已枯復榮已滅復生得上天更稟太靈九天之劫反復胎嬰穢氣盡滅白屍返生以手拭目二七過止如此穢氣即解死人更受化後為靈人兆遇二十四過行錄呪畢功滿得加名標上清二十四年克昇素虛輪飛行九玄也

道士既見死屍上經解殮法出四四方經

凡道士見死屍血穢之物當以硃砂一鉢散內水中以洗目漱口洗手足畢入室正寢交手上叩齒二十四通呪曰

三元上道太一護形司命公子五神黃寧血尸散滅穢炁流零七液纏注五藏華生令我神仙長享利貞畢閉目逆氣良久覺熱為候竟又叩齒二七通咽液三七過此三元解穢

內法

練祝死屍法出青要紫者

金根厭經

紫書訣云凡修上清之道兆身父母伯叔兄弟於世上死亡兆身未得絕跡故在人中身履死殮者三日當取清水一盆真米一兩投水中兆於中庭南向臨水上叩齒九通呪曰氣化成神尸變入玄三化五練昇入九天九天之劫更度甲身甲身更化得為真人男屍思玉童三人女屍思玉女七人盆盛水以灌死人取水自洗手面仰天噴嚏又陰呪曰

天氣已清人化已生得生上天九變受形五苦三塗斷落死名超度窮魂還向帝庭如此七人更受化生於九天之上九年得昇玉清之宮其法妙於大洞度七祖之法玉帝所秘不傳非真有金名帝圖錄字紫文得見此文勿輕施用妄傳於人七祖父母長閉鬼官三塗五苦萬劫不原四極明科七百年有真者聽傳

修行呪詛訣

夫身者神之宅神者身之器若不安宅以全

道修身以養神則精氣為物遊魂為靈以成

萬類宜常拘呪矣故須存乎守一神器研精

道心則衆神備矣邪氣去矣太上寶神經曰

每日早起早起每至雞鳴時也平坐東向王

或春夏東南秋冬西北任所宜先以兩手摩

拭面目次將兩手第二第三指於眼下橫手

摩三七遍次將左手中指從眉逆拓上至髮

際三七遍此名為手朝三元次將兩手二指

三指各摩眼後屬中三七遍此名為真人榮

瑩府又將左手第二第三指入鼻孔中摩三

七過名為開山源又將兩手將耳卑叩齒三

十六通微呪曰

太上四明九門發精耳目玄徹通真達靈天

中之臺流氣調平驕女雲儀眼瞳英明華聰

晃朗百度眇清保和上元徘徊九成五藏植

根耳目自生天臺鬱素梁柱不傾七魄澡鍊

三魂安寧赤子攜景遙與我并有敢掩我耳

目太上當摧以流鈴萬究消滅所願必成日

月守門心藏五星真皇所呪群鶴敬聽此名

真人常居之道故真誥曰子欲夜寫書先當

修常居也修天真且暮咽液三九過以手舉

急按天真天具在眉內角者也山源在鼻下

人中人谷裏也華庭在兩眉下口中是也各

三九過按而呪曰

開通天庭使我長生徹視萬里魂魄返嬰滅

鬼却魔來致千靈上昇太上與日合并得補

真人列象玄名此道令人致靈徹視杜遏萬

裏如此亦可以次按亦可一時俱按行呪之

道士被天魔所試即誦拂魔呪出清

之蓋光明身形仙童玉女執五色之節從三

界萬神前嘯九鳳後鳴八鸞白帝啓道太極

參軒叩左齒三十六通叩右齒二十四通叩

天鼓十二通微呪曰

羅天毒獸備巨四門吞流割臙山醜萬群張

喉攫天猛衛高聲毒龍奮爪金頭橫吞威兵

巨萬受符棲山六天不恟合玉成群妖魔波

伴穢氣紛紛謠歌空洞禮帝陣雲水鬼賈形

當人生門神王所告無幽不聞上攝六氣下

檢河源五嶽四瀆善惡遞分萬萬千來對

我前五帝校錄有功者原凶魔千群求形帝君敢不從命所誅無錫屠割剝腹斬首滅根北鑊濟湯南陵火焚金真錄氣流鈴捕魂妖真無遺極盡形元身佩天書宣行正文滌蕩九氣清明三元玄舉天真上合自然莫有干試改動上聞引氣十二咽止

玉帝衛靈呪鬼上法 出消魔經

玉帝呪曰

九天有命上告玉清促召千真俱會帝庭太一下觀雙皇翼形監察萬邪理氣攝生若有不祥干試神明清帝之道整勅神兵七神東鉞天鋒右征揮劍前驅煥擲火鈴檄命甲騎武卒天丁風火齊戰伐邪狡精上威六天下攝魔靈既威既攝萬凶滅形神戈雷掃姦妖無生仙皇秉節有命敢停拒節違令是誅汝形各驚各慎保極皇寧九天告命萬神敬聽急急如律令

若夜恐怖夢相魔鬼試人干犯真氣欲病者急念此呪心存至道求請於帝乃向北叩齒三十六通閉氣窈念前呪畢又叩齒三十

六通咽液十過於是百惡魔邪伏滅七神纏綿太一監攝萬靈衛真亦可日日誦卧寢念之以塞百邪也

治急病法

凡受三五法在存識三天真名三師真名有急災困病三大喚天名密呼三師名即災病皆消

上清微天真名 防中

中禹餘天真名 元

下大赤天真名 德立

右三天真名也

左無上真名 森

右玄老真名 公

中央太上真名 靈

右三師名

反舌塞喉法

凡守一者身神常安若體中不寧當反舌塞喉軟漏體泉滿口嚙之訖又如前嚙流無數覺寧乃止而未寧重復為之須臾之間不寧之病即應廓散自然除也當時有初覺體

中寬軟都平便以道遙復常太極衆真太虛真人南嶽赤君妙行真人莫不修此以成聖真矣

金仙內法

金仙內法感降靈輿常以月五日夜半子時存日鳥從兆口入住在心中使光照一心一心之內與日同光共相合會赫赫炯炯當覺心暖霞暉映暖良久有驗乃密祝曰

大明育精內練丹心光暉合映神真來壽車

燕液九過叩齒九通止到十五日二十五日

二十九日復作如前一月之中四度如上使人開明聰察百關解通萬神洞徹面有玉光

體有金澤行之十五年太一遣寶車來迎上登太霄遊宴紫極行之務欲數不必一月四辰也

雲笈七籤卷之四十七



雲笈七籤卷之四十八

攝八

秘要訣法行持首要

老君明照法故事華法附

老君曰金水內景以陰發陽能為此道分身散形以一為萬立成六軍千億里外呼吸往還乘雲履水出入無間天地祇邪鬼老魁隱蔽之類皆可見也審其精思逆見方來子能守之為仙玉也

老君曰欲行明鏡勿入喪家產乳之中精澄萬慮沐浴五香當飲蘭桂之液元食掌幸之物絕棄腥臊无近婦人於密靖之地幽室之中不聞車馬之聲禽獸之音鳥獸嚙乃可為之此道之忌莫甚於驚一往不復反一敗不復成也當其時心不欲復有所存耳不欲復有所聽注心正目彷彿想念至精不怠乃可成矣

老君曰當得明鏡九寸無令面有偏缺毀漬疵瑕務欲清明周正不失人容色者昔昔我先師以尺二寸鏡前後左右一焉名曰四規

行此道者甚難速成易得驚敗驚則有大殃少能成也又容成皆以一尺鏡一枚正置其前亦見以神而不能長生也商子云以九寸鏡各一枚俛其左右名曰日月亦以延年矣若欲分身散形坐在立亡上昇黃庭長生不死役使百靈入水火入金入石入木入土飛行在意者當用吾四規之道若但欲逆知吉凶日月即用此矣

老君曰立規之法皆去己一尺五寸令與肩齊各垂紫青線下有華水務令平也晝夜不閉目以得為効不可閉目者恐當閉目之時神明忽見而不即見之或失神以去或幸開目見之不懈致驚懼而敗也

老君曰四規之道必見尊神非上士至真勿以此示之吾道至密世无其人寧見道門

老君曰欲行四規者皆令去己一尺五寸高三尺  
老君曰東規當見仙二人冠丹纓之冠面貌狹小耳高其頭身皆生黑毛見之勿驚  
老君曰西規當見西王母玉女侍之

老君曰南規當見中和元極元君一身十二頭冠自然之冠衣赤色

老君曰北規當見天皇君十三頭衣冠之如其時也

老君曰或見一人衣黃衣冠黃冠白鬚者即延壽君也少者受命君也

老君曰或見一人赤衣赤幘年少者稟命君也老君司命君也

老君曰或見二人羽衣黃色衣冠察行君也老君曰或見三人羽衣赤色青冠聽警君也

老君曰或見一人大冠朱衣執執者司過君也

老君曰或見一人黃衣冠掩面者增年君也老君曰或見二人赤裳者視形君也

老君曰或見玉女青衣者名曰惠精玉女老君曰或見玉女黑衣者名曰太玄玉女

老君曰或見玉女赤衣者名曰赤圭玉女老君曰或見玉女黃衣者名曰常陽玉女

老君曰或見童子三人青衣紫下裳俱來者一名常在一名純洞一名五德

老君曰或見九五女衣服五綵俱來者一名上一名虎一名扶一名靈闕一名孔林一名憑一名住一名多一名

老君曰或見一人目下徑三寸黃衣青下裳者同目君也

老君曰或見舉兒長二三尺向人笑者是九都童子也

老君曰或見童子長五六尺立而笑其左上右自然蓋者日中童子也右上有自然蓋者月中童子也

老君曰或見人頭鳥身五色玄黃者上上太一君道父也

老君曰或見九人皆衣青而白首者元極太元君也

老君曰或見一人長六尺五寸冠角冠白衣赤領或虎文鳳童者姓李名耳字伯陽見之常以平旦

老君曰或見一人長六尺七寸冠重華冠白衣青綠者名李諶字伯陽見之常以日出時

老君曰或見一人長六尺九寸冠重華冠五

色衣者名李 字伯光見之常以食時

老君曰或見一人長七尺二寸冠群邪冠衣羅桂形像龍蛇者名李石字孟公見之常在禹中

老君曰或見一人長七尺三寸冠飛龍冠衣朱衣者名李重泉字子文見之常以日中

老君曰或見一人長七尺五寸冠三傑冠朱玉衣者名李定字元陽見之常以日昃

老君曰或見一人長八尺冠皮毛冠衣黑衣者名李元字伯始見之常以日晡

老君曰或見一人長一尺五寸冠自然冠衣龍蛇者名李願字元生見之常以日入

老君曰或見一人長九尺五寸冠自然冠衣青紫者名李德字伯文見之常以黃昏

老君曰凡為明鏡之道上士為之七日中士一旬下士一月成矣

老君曰紫青為裏合之九寸規者一尺二寸鏡也

老君曰上士為之先見已形次見宅中鬼神次見天神也

老君曰見神或見有一身不能見之多不過六神七神來也但熟視規中物熟所見即見神也亦勿語亦勿拜息自定無驚恐

老君曰為此道者春無伐木夏無水灌滅火四季之月無握土秋無鑿金冬無過水并

老君曰為此道者春無食肝夏無食心四季之月無食脾秋無食肺冬無食腎五藏神怒則令人不明不壽

老君曰為此道者長不怠七日得者七十日一施之必如初日見也

老君曰此道可以還年却老也

老君曰見神之後更施之可問以長生之要則具以告人耳

老君曰為此四規之道既成可握一規之道施之不復用四也

老君曰幽闕二重齋著綠幘上入北極下入玄宮以鏡其事

老君曰為此道常當上朱鳥高三尺下玄武高五尺左青龍高九尺右白虎高七尺又當履日月耳

老君曰不唯已也又當令朱鳥銜九寸鏡玄武背負及二鏡青龍銜日白虎銜月已形象龍蛇須能分形坐見四海之外乃止者真物來也

老君曰夜則以燭燈麻油為火大善

老君曰欲理病人及入大山恐山神及百鬼試人者以一規著戶上一器盛華水著下用刀劒橫水上以刃外向百鬼不敢前老魁直入戶者亦不得過水即死血在水中祕之勿示俗人

老君曰欲辟五兵百邪者以三寸規一枚鑄圓天符著其背懷之陰日右陽日左入大衆所以為勝人人皆畏之吾道秘矣  
誓法

某州某縣某鄉某里某宮觀道士某以老君四規明鏡要訣授學者某州某縣某鄉某里某人以白絹四十尺米一斛薪一束鹽五升為盟某不得不告要言此若不奉行身入黃泉一同先師科律盟誓專勤一志某與此共畫一為信三年有功乃得傳不得傳非其人

身謝天地水三官永不得仙及不得有背本之言

明照法

照鏡欲見形之法當小開戶居間向明暫閉目思想見面形初時若殊無所見中宿之後漸漸洞達自見面目中憤心中了然開明平旦及日入此時最好若日盛明當小開戶在灼灼中閱鏡無所見也若火下照鏡當以火自速勿得逼近火欲開目照鏡自視形體當在灼灼明中無若若欲閉目思見面形當居

間向明然後形耳照鏡大要當安卧思想精誠未卧之間使身體條條復更之頃當有赤黃從額上出照耀一室中於是彷彿恍恍如覺如卧便自見面形在光中對共相視如頃即便消滅卧覺之後輒復照鏡欲卧思之如前法當夕夕自見也或卧覺兩面相對見或已形兩人相併坐或卧寐之間見好神童玉女年十五六好衣服頭額正見輒再拜或耳邊聞語聲天下吉凶萬事皆預知之或在壁東見壁西或某卧夢照鏡或還光內視五藏

當以中始

明鏡君官屬將吏百二十人住開陽宮主人兩目童子童子精光相視見景知吉凶明鏡有三童九女侍之三童長六尺九女長五尺三童

九女

青腰青衣 當開紫衣 內子青衣  
素女白衣 皇女黃衣 帳上衣綳  
道女黃衣 女嬰衣紅 曾女衣綠

寶照法

夜半存神訖存道一光仍起坐為之未可別行餘一事起向王平坐推固臨日又存兩目中有白氣如雞子大在面目前存目中忽出白氣態在目前乃如雞子大須臾變成兩明鏡徑九寸以前後照我一體上二十四神使洞鑿分明良久鏡形既成仍存左鏡當前照見神前而右鏡後照見神後其鑿二十四神各安其所雖不呼名而有形色長短層然示於鏡中乃心祝曰  
大明寶鏡分形散化鑿朗元神制御萬魔飛

行上清拔雲中羅役使千靈封山召河畢鏡  
忽然光變小還入眉月中卷然而滅仍以卦  
之常能行之災害不生而位登仙

### 摩照法

昔有摩鏡道士遊行民間價為百姓摩鏡鏡  
無大小財賈六七錢耳不以他物摩也唯以  
藥塗而拭之而鏡光明不常有好事乘仲陽  
者知其有道乃要留使宿為好設主人禮乃  
拜而請問之道士告仲陽曰明鏡之道可以  
分形變化以一為萬又能令人聰明逆知方  
來之事又令人與天上諸真相見行其道德  
法則天上諸神仙皆來至道士自見已身則  
長生不老速成少童又道士入山山精老魅  
多來試之或作人形故道士在石室之中常  
當懸明鏡九寸於背後以辟眾惡又百鬼老  
物雖能變形而不能使鏡中形影變也見其  
形在鏡中則便消亡退走不敢為害也是以  
道士有摩鏡之藥藥方出於帛子方用錫四  
兩燒釜猛下火令釜正赤與火同色乃內錫  
末又胡粉三兩合內其中以生白楊刻作人

令長一尺廣二寸厚一寸其後柄長短在人  
耳以此攪之手無消息蓋此人七寸又復內  
真丹四兩胡粉一兩復攪之人餘二寸內摩  
照錫四兩攪令相得欲用時求如胡豆以唾  
和之得膿脂為善又以如米大者於前齒上  
噓之復以唾傳拂其上以自拂之即明如日  
月欲作藥先齋戒七日乃為之作清靜密室  
勿令人見之也其火欲猛秘之勿妄傳非其  
人

### 拂童法

拂童之道徹見二十四神之法常以甲子旬  
庚午日月中時取清水一升東流水為佳亦  
用古井以一鉢真丹極精末細者投水中攪  
之左行三七過當以上物向月建左旋挽一  
月為過也微祝曰  
玄元水精生光八明身神衆列並來見形徹  
視萬里中達九靈祝畢向東以左手洒目二  
七過祝則隨月建洒日常東向流餘水仍留  
以洒目不復更祝也

### 神枕法并祝

飯曰昔太山下老翁者失其名字漢武東巡  
見老翁鋤於道背上有白光高數尺帝怪而  
問之有道術否老翁對曰昔年八十五時  
衰老垂死頭白齒落有道士者教服藥飲  
水絕穀并作神枕法中有三十二物其三十二  
物中二十四物善以當二十四氣其八物  
毒以應八風風行之轉少白髮返黑墮齒復  
生日行三百里今年一百八十矣不能棄  
世入山顧戀孫子復還食穀又已二十餘年  
猶得神枕之力往不復老武帝視老翁頽狀  
當如五十許人驗問其隣皆云信然帝乃從  
受其方作枕而不能隨其絕穀飲水也  
方用五月五日七月七日取山林栢以為枕  
長一尺二寸高四寸空中容一斗二升以栢  
心赤者為蓋厚二分蓋致之令密又當便可  
開閉也又鑽蓋上為三行行四十孔凡一百  
二十孔令容粟米大其用藥  
芎藭 當歸 白芷 辛荑 杜衡  
白木 葶藶 木蘭 蜀椒 桂  
乾薑 防風 人參 桔梗 白薇

荆實 荆實一云壯肉從容 飛廉 栢實

薏苡子 欵冬花 白術 秦椒

麩蕪 凡二十四物以應二十四氣 烏頭

附子 藜蘆 皂莢 茵草 礬石

半夏 細辛

右三十二物各一兩皆咬咀以毒藥上安

之滿枕中用布囊以衣枕百日面有光澤

一年體中所疾及有風疾一一皆愈差而

身盡香四年白髮變黑齒落更生耳目聰

明神方驗秘不傳非其人也蓋本是老芎

藟母也武帝以問東方朔荅云昔女廉以

此方傳玉青玉青以傳廣成子廣成子以

傳黃帝近者殺城道士濟子公枕此藥枕

耳百餘歲而頭髮不白夫病之來皆從陽

脉起合枕藥枕風邪不得侵人矣又雖以

布囊衣枕猶當復以幃囊重包之須欲卧

枕時乃脫去之耳詔賜老翁足帛老翁不

受曰臣之於君猶子之於父也子知道以

上之於父義不受賞又臣非賣道者以陛

下好善故進此耳帝止而更賜以諸藥

神杖法

神杖用九節向陽竹取擇具別有法凡用之

齋戒沐浴焚香拜託叩齒三十六通思五

帝直符更各一人衣隨方色有五色之光流

煥杖上五帝玉女各一人合衛杖左右微祝

曰

太上之仙元始上精開天張地甘竹通靈直

符守吏部御神兵五色流煥朱衣金鈴輔翼

上真出幽入冥招天天恭攝地地迎指鬼鬼

滅祛魔束形靈符神杖威制百方與我俱滅

與我俱生萬劫之後以代我形景為吾解神

昇上清承符告命靡不敬聽畢引五方氣二

十咽止以杖指天天神設禮以杖指地地祇

司迎以杖指東北萬鬼束形

帝君明燈內觀求仙上法

南極上元君授於帝君帝君居朗玄之宮金

房紫戶之內明玄燈以自映通霞光於照憲

念太真於五形披三願於帝房靈上降以紫

蓋元皇給以金童自然號我位總掌於玄宮

太品生乎始妙道在微芒今以相告子勤奉

焉告南極上元君曰子學神真之道處靈宮

之上瓊房之內而不知明燈以自映通玄光

於五藏五藏之內因得明矣形體之神因得

歸也子若能慕明燈於本命朝明燈於行年

常明燈於太歲上三處願念即體澄氣真光

明內照萬神朗清元君奉受法度施行三年

即致夜光童子二十四人玄光自然而明不

須明燈而通光也然此上真之妙法亦不傳

於下世若其金名玉字玄格者得吾此道行

之九年身體光明徹視萬里朗觀自然夜光

童子降子之房授以真書白日登晨

法曰常明燈於所住靜室本命之上暮入室

向燈長跪叩齒十二通祝曰

玄光映太陰八達且明明澄神曲室裏仰徹

曜上清五暉發朗臺玉芝自然生洞照通太

真萬神監我形削滅九陰氣記上東華名保

我無終劫體與日月并拔度七玄榮明光啓

玉皇上受內觀經天降飛雷輦騰空御綠軒

得謁太皇館進拜玉皇庭畢再拜向本命仰

頭咽液七過上

又常明燈於行年之上朝燈叩齒十二通呪

曰

明燈照行年散光煥八方嬰嬰色象澄內觀

朗空洞披釋朗神杵子與玉真通仰高宗上

道渺邈無行蹤思得玄雲降整轡御飛龍却

我百年期還返嬰兒容賜我西華女給我金

晨童侍香履年命稽首玉帝旁神泰道亦暢

權適香烟中整心注太玄精感洞虛无室招

神霄降冥目矚仙公技過七祖難度形還南

宮畢再拜向燈嚙氣二七過止

常於太歲上明燈以通神禮願以求真滿三

年則玄光內映神真下降梭子不死之方當

時自有感應也當朝夕燒香叩齒十二通向

燈祝曰

燈火映太真明光徹玄虛披朗无上道心注

玉帝廬洞達空洞內神觀形自舒精感致靈

降心恬理潛居朝禮太帝堂夕誦金真書道

逸玄都裏萬歲返嬰孩天符紫霄霞帝給玄

瓊餐淨遊五嶽巔通一得所如七祖免三塗

福慶有盈餘畢再拜嚙液二七過止

若能常於三處明燈不滅七玄九祖即得去  
離十苦上昇南仙一身神明澄正目視萬里  
耳聰速聽心智逆知未然神真來降夜光重  
子當教子求仙之道九年如此靈光自表通  
於裏也

按天庭法

天庭是兩眉之間眉之角也眉內角兩頭骨

凹處山源是鼻下人中之本側在鼻下小入

谷中也鼻中隔之中內際宛凹處華庭在兩

眉之下眉下虛骨凹處旦中暮向其方平坐

臨目嚙液三九急以手陰按之三九以兩手

中指急按其處急謂痛按之非急速之急也

按而祝曰

闡通天庭使我長生徹視萬里魂魄返嬰滅

鬼却魔來致千靈上昇太上與日合并得補

真人列象玄名此為常人致靈徹視杜遺萬

邪之道也

服霧法

常以平旦於寢靜之中坐卧任已先閉目內

視髮鬚如見五藏畢因口呼出氣二十四過

臨目為之使目見五色之氣相繞纏在面上  
鬱然因又口內此五色氣五十過畢嚙唾六  
十過乃微祝曰

太霞發暉靈霞四運結氣宛屈五色洞天神

煙合啓金石華真諸鬱紫空鍊形保全出景

藏幽五靈化分合明扇虛時乘六雲和攝我

身上昇九天畢又叩齒七通嚙液七過乃開

目事訖比道神妙又神州玄都多有得此術

者爾可行此法耶久行之常乘雲霧而遊

雲笈七籤卷之四十八



